تزکیہ نفس

اسلام اور جدید علم نفسیات کی روشنی میں

ڈاکٹر گوہر مشتاق

تزکیۂ نفس

اسلام اور جدید علم نفسیات کی روشنی میں

ڈاکٹر گوہر مشتاق (امریکہ)

اذان سحر پبلی کیشنز
منصورہ، ملتان روڈ، لاہور فون042-35435667

جملہ حقوق محفوظ ہیں!

نام کتاب : تزکیۂ نفس، اسلام اور جدید علم نفسیات کی روشنی میں

مصنف : ڈاکٹر گوہر مشتاق

ناشر : عباس اختر اعوان

اذان سحر پبلی کیشنز، منصورہ۔ ملتان روڈ لاہور

اشاعت دوم : دسمبر 2012 ء

مطبع : رانا پرنٹرز، لاہور

قیمت : 120 روپے

ملنے کے پتے:

- ......ادارہ معارف اسلامی منصورہ ملتان روڈ لاہور۔ 5432419
- ......ادارہ مطبوعات طلبہ 1 اے ذیلدار پارک، اچھرہ لاہور۔ 7553991
- ......دی بک ڈسٹری بیوٹرز، کراچی، 021-2787137
- ......مسٹر بکس، سپر مارکیٹ، اسلام آباد فون 051-2278843,2278845
- ......اسلامی کتاب گھر، خیابان سرسید، راولپنڈی 051-4830451
- ......ملک اولڈ بک ڈپو، کمیٹی چوک راولپنڈی
- ......احمد بک کارپوریشن، کمیٹی چوک راولپنڈی
- ......مکتبہ تبلیغ اسلام، الاکرام بلڈنگ راولپنڈی 5962137
- ......النور اسلامک بکس۔ سنگاپور پلازہ۔ صدر۔ راولپنڈی 5794605
- ......ادارہ تطہیر افکار، جی ٹی روڈ، پشاور۔ 091-262407
- ......ادارہ پاسبان خبر مرکز۔ 1 سرور روڈ، نزد سٹیٹ بینک بلڈنگ ملتان

فہرست

☆...... تعارفِ مصنف 7

☆...... باب 1 9

☆...... تزکیۂ نفس : آخر کیوں؟

☆...... تزکیہ کا مفہوم 9

☆...... حکیم لقمان اور اُنکے آقا کا قصہ 11

☆...... خلیفہ حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ اور کم عمر لڑکے کا قصہ 12

☆...... دل اور زبان کے تزکیے کی اہمیت 13

☆...... حضرت ابراہیمؑ کی دعا اور اللہ کا جواب 17

☆...... سورہ الشمس اور تزکیہ نفس 20

☆...... دل اور زبان کی روحانی بیماریاں 22

☆...... باب 2 26

☆...... وھن کی روحانی بیماری

☆...... وھن یعنی ''دنیا کی محبت اور موت سے نفرت'' 27

☆...... دنیا پرستی اور روح تباہ کرنے کے آلات 30

☆...... اسلام میں ظاہر اور باطن کا حسین امتزاج 30

☆...... باب 3 38

☆...... غیبت اور زبان کی دیگر آفات

☆...... بے فائدہ گفتگو (فضولُ الکَلام) 41

☆...... زیادہ گفتگو کرنے کے میڈیکل نقصانات 46
☆...... غیبت 49
☆...... غیبت کی کن حالات میں اسلام اجازت دیتا ہے؟ 51
☆...... غصہ چڑھوا کر غیبت کروانا 56
☆...... روزے کی حالت میں انسانی گوشت کی لذت 56
☆...... وعدہ معاف گواہوں سے بچیں 57
☆...... ہومیو پیتھک مقدار میں غیبت 57
☆...... غیبت سے متعلق ہمارے علماء کا طرزِ عمل 58

☆...... باب 4 61
☆...... نگاہ کا فتنہ اور انسانی دل

☆...... میڈیا اور نظر کا فتنہ 63
☆...... برسیسہ راہب کی کہانی 64
☆...... انٹرنیٹ، سیل فون اور خواتین کی بے پردگی 70
☆...... نگاہوں کی حفاظت کرنے پر عظیم اجر 72

☆...... باب 5 75
☆......غصے کے نقصانات اور علاج

☆...... غصے کے انسانی جسم پر برے اثرات: سائنس کی روشنی میں 77
☆...... غصہ کے برے نتائج 81
☆...... اللہ کی نافرمانی ہوتے دیکھ کر غصہ آجانا (جائز غصہ) 83
☆...... غصہ پر قابو پانے کے لیے علاج اور مشورے 83

غصے کی حالت میں خاموشی اختیار کرنا 86

غصے کی حالت میں وضو کرنا۔ 91

غصے کی حالت میں بیٹھ جانا یا لیٹ جانا......سائنسی تحقیق 92

☆...... باب 6 96

☆...... دل کی دیگر روحانی بیماریاں

☆...... حسد (Envy) 97

☆...... تکبر (غرور) (Arrogance) 104

☆...... کنجوسی (بخل) 109

☆...... حرام کی کمائی 112

☆...... ریاکاری(Showing Off) 117

☆...... ناشکری (Being Ungrateful) 122

☆...... اولاد کی شدید محبت سے پیدا ہونے والی روحانی بیماریاں 129

☆...... باب 7 131

☆...... تزکیہ نفس کرنے کے عملی طریقے

☆...... نماز کے ذریعے تزکیہ نفس 132

نماز میں دل کی کیفیت اور کھیل تفریح میں دل کی کیفیت 134

نماز میں کی مشینی (Autopilot) کیفیت 135

نماز میں خشوع وخضوع پیدا کرنا 136

☆...... صدقہ خیرات کے ذریعے تزکیہ نفس 139

...... صدقہ سے دل اور زبان کا تزکیہ کرنے میں آسانی 140

...... انفاق فی سبیل اللہ سے شُحِّ نفس کا خاتمہ 142

...... صدقہ کی برکت سے حق و باطل کی صحیح سمجھ عطا ہونا 143

...... ایک بھکاری اور ایک عورت کی کہانی 144

...... صدقہ خیرات نہ کرنے پر اللہ کی وارننگ 145

☆...... تہجد کی نماز کے ذریعے تزکیہ نفس 146

...... توبہ اور استغفار کا بہترین وقت ..... تہجد 147

...... گناہوں سے روکنے اور نفس پر قابو پانے کے لیے 151

...... شیخ جنید بغدادیؒ اور نمازِ تہجد 153

☆...... اللہ کے ذکر کے ذریعے تزکیہ نفس 154

...... ذکر اللہ کے سلسلے میں کچھ اصولی باتیں 156

...... چند مسنون اذکار اور اُن کی فضیلت 158

☆...... جہاد کے ذریعے تزکیہ نفس 162

...... اسلام کے کاموں میں سب سے چوٹی کا عمل 165

...... ہندوؤں کی مذہبی کتاب میں مسلمانوں کے تزکیہ کا ذکر 168

☆...... توبہ کے ذریعے تزکیہ نفس 169

...... سچی توبہ کی شرائط 170

...... دل کی سختی کو کس طرح دور کیا جائے 173

سینٹروں میں جمعے کے خطبات اور لیکچرز دیتے رہتے ہیں۔اِس کے علاوہ اسلامی رسائل میں اسلام اور سائنس کے موضوعات پر کالم بھی لکھتے ہیں ۔انگلش اور اردو میں اسلامی کتب کے مصنف ہیں۔ اُن کی اردو کی کتابوں کی لسٹ درج ذیل ہیں:

1.....ایک آنکھ والا دجال

2.....موسیقی، اسلام اور جدید سائنس کی روشنی میں

3.....انسانی دل اور قبولِ اسلام۔ ایک مذہبی اور سائنسی تجزیہ

4.....معرکہ رُوح و بدن

5.....پردہ : عقلمند خواتین کا انتخاب

6.....دجالی دور اور مسلم نوجوان

7.....داڑھی کی اہمیت قرآن وسنت اور جدید سائنس کی روشنی میں

8.....ویلنٹائن ڈے۔ بُت پرست رومیوں کا تہوار

9.....سورۃ الواقعہ کی سائنٹفک تفسیر

10.....سورۃ یٰسٓ کی تفسیر: کتاب وسنت اور جدید تحقیقات کی روشنی میں

11..... تزکیۂ نفس، اسلام اور جدید علم نفسیات کی روشنی میں

12 ..... روزے کے روحانی اور طبی فوائد۔ قرآن، حدیث اور میڈیکل سائنس کی روشنی میں

باب نمبر 1

تزکیہ نفس : آخر کیوں؟

تزکیہ کا مفہوم

عربی زبان میں تزکیہ کے معنی ہیں پاک کرنا (to purify)، ابھارنا اور نشو ونما دینا۔ انبیاء کرام جب لوگوں کا تزکیہ کرتے تھے تو وہ لوگوں کی فکر کو، ان کے دلوں کو، ان کی زبانوں کو اور ان کے اعمال و اخلاق کو غلط چیزوں سے پاک صاف کرتے اور ان کے اعمال و اخلاق کو نشو ونما دے کر اُن میں مفاسد اور مخالف جسمانی خواہشات Carnal desires of self کو کنٹرول کرنے کی استعداد (ability) پیدا کرتے تھے۔

یہی تزکیہ ہے جس سے گناہ دُھل جاتے ہیں اور برائیاں نیکیوں میں بدل جاتی ہیں جیسا کہ قرآن میں فرمایا گیا ہے:

﴿وَيُكَفِّرَ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ﴾ (سورۃالفتح: 5)

''تا کہ وہ ان سے ان کی برائیاں دور کر دے''۔

﴿يُبَدِّلُ اللّٰهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنٰتٍ﴾ (سورۃالفرقان: 70)

''اللہ ان کی برائیوں کو نیکیوں میں تبدیل کر دے گا''۔

تزکیہ نفس کے حصول کے لیے ضروری ہے کہ انسان، نفس کے شرور سے بچنے کی کوشش کرے۔ چنانچہ نبی کریم ﷺ نے، نفس کے شر سے بچنے کے لیے، ہمیں یہ دعا بھی سکھائی ہے:

وَنَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنْ شُرُوْرِ اَنْفُسِنَا (سنن ابی داوٗد، کتاب الصلاۃ)

''اور ہم اپنے نفس کی شرارتوں سے اللہ کی پناہ چاہتے ہیں۔''

مزید برآں، تزکیہ نفس کے لیے اللہ سے دعا کو رہنا چاہیے کیونکہ نفس پر قابو پانے کے لیے اللہ کی مدد ضروری ہے۔ رسول اللہ ﷺ سے مندرجہ ذیل خوبصورت دعا بھی ثابت ہے جو تزکیہ نفس کے لئے نصرتِ خداوندی کی طلب سے متعلق ہے:

اَللّٰهُمَّ اٰتِ نَفْسِی تَقْوَاهَا وَزَكِّهَا اَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا، اَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا (صحیح مسلم: کتاب الذکر والدعاء)

''اے اللہ! مجھے اپنے حصے کا تقوی عطا فرما! اور میرا تزکیہ کردے! تو ہی میرا بہترین تزکیہ کرنے والا ہے! اور تو ہی نفس کا سرپرست اور مالک ہے۔''

قرآن کے مطابق تزکیہ اختیار کرنے میں خود انسان کی اپنی بھلائی اور خود اُس کا ذاتی مفاد ہی مضمر ہوتا ہے۔ اِس تزکیہ کے عمل (purification process) سے گزر کر ہی وہ جنت کی ابدی اور لازوال زندگی حاصل کرسکتا ہے کیونکہ جنت پاک دل (pure) لوگوں کے لیے ہی ہے۔ چنانچہ اللہ تعالی نے اِس حقیقت کا اظہار یوں فرمایا ہے:

وَمَنْ تَزَكّٰى فَاِنَّمَا يَتَزَكّٰى لِنَفْسِهٖ وَاِلَى اللّٰهِ الْمَصِيْرُ o (فاطر:18)

''جو شخص بھی تزکیہ (یعنی پاکیزگی) اختیار کرتا ہے، اپنے ہی نفس کے لیے کرتا ہے اور پلٹنا سب کو اللہ کی طرف ہے''۔

مشہور ماہر نفسیات کارل ینگ (Carl Jung) نے درست کہا تھا:

"Science can denature plutonium but it can not denature evil in the heart of men."

''سائنس پلوٹونیم کو بدل سکتی ہیں لیکن انسان کے دل میں موجود برائی کو بدل نہیں سکتی۔''

یقیناً کارل ینگ کی یہ بات صحیح ہے کیونکہ انسان کے دل میں موجود برائی کو آج کے سائنسی آلات سے نہیں بلکہ صرف تزکیہ کے ذریعے بدلا جا سکتا ہے۔ ذیل میں تزکیہ کی اہمیت کو اجاگر کرنے کے لئے تاریخ سے دو واقعات درج کیے جاتے ہیں۔

حکیم لقمان اور اُنکے آقا کا قصہ

حضرت لقمانؑ کا تعلق افریقہ سے تھا۔ قرآن میں اُن کی فراست کی تعریف کی گئی ہے۔اپنی زندگی کے اولین دور میں لقمانؑ ایک غلام تھے۔اُن کا آقا ایک رحمدل اور سمجھدار شخص تھا۔اُس نے اپنے غلام میں ذہانت اور فراست کو دیکھ لیا۔ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ آقا نے حضرت لقمانؑ کو حکم دیا کہ وہ ایک بکری ذبح کریں اور اس کے جسم کے بدترین حصے اس کے سامنے پیش کریں۔حضرت لقمانؑ نے بکری ذبح کی اور اس کا دل اور زبان لاکر اپنے آقا کی خدمت میں پیش کر دیئے۔حضرت لقمانؑ کے بکری کے جسم کے بدترین حصوں کے انتخاب پر اُن کا آقا مسکرایا اور سمجھ گیا کہ لقمانؑ اُس انتخاب کے ذریعے کوئی بہت گہری حقیقت واضح کرنا چاہتے ہیں گو کہ آقا کو اصل معنی ابھی سمجھ نہیں آئے تھے۔

چند روز کے بعد حضرت لقمانؑ کے آقا نے انہیں پھر بکری ذبح کرنے کا حکم دیا اور کہا کہ اب کی بار بکری کے جسم کے بہترین حصے آقا کی خدمت میں پیش کریں۔ لقمانؑ نے بکری ذبح کی اور بکری کا دل اور زبان اپنے آقا کے سامنے پیش کیں تو اُن کا آقا حیران رہ گیا۔آقا نے لقمانؑ سے پوچھا کہ زبان اور دل بیک وقت بکری کے جسم کے بدترین اور بہترین حصہ کیسے ہو سکتے ہیں۔ لقمانؑ نے جواب دیا:

"دل اور زبان کے جسم کے بہترین حصے ہوتے ہیں جب بندہ نیک اور پاک ہو جبکہ گنہگار اور فاسق شخص کے جسم کے بدترین حصے بھی دل اور زبان ہوتے ہیں۔"

لقمانؒ کا آقا اُن کے جواب سے اتنا خوش ہوا کہ اُس نے لقمانؒ کو آزادی عطا کر دی۔ اس قصے سے ہم یہ سبق سیکھتے ہیں کہ ہمارے دل اور زبان ہی ہمیں اچھا یا برا بناتے ہیں۔ چنانچہ دل اور زبان ہی کے تزکیئے (Purification) کی ہم سب کو ضرورت ہے۔

خلیفہ حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ اور کم عمر لڑکے کا قصہ

اسی طرح مورخین ایک اور واقعہ بیان کرتے ہیں۔ جب حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ خلیفہ بنے تو ہر طرف سے وفود اُن کو مبارک دینے کے لیے آئے۔ حجاز والوں کی طرف سے مبارکباد دینے کے لیے جو وفد آیا اُن کا سربراہ ایک چھوٹا لڑکا تھا جو ابھی گیارہ برس کا نہیں ہوا تھا۔ اُسے دیکھ کر عمر بن عبدالعزیزؒ نے اُسے کہا کہ وہ واپس چلا جائے اور حجازیوں کے وفد میں سے کوئی زیادہ عمر والا شخص آگے بڑھے اور اُن سے بات کرے۔ یہ سن کر اُس لڑکے نے کہا:

اَیَّدَ اللّٰهُ اَمِیرَ الْمُؤ مِنِینَ ! اَلْمَرْءُ بِاَصْغَرَیْهِ قَلْبِهِ وَلِسَانِهِ فَاِذَا مَنَحَ اللّٰهُ الْعَبْدَ لِسَانًا لَافِظًا وَقَلْبًا حَافِظًا فَقَدِ اسْتَحَقَّ الْكَلَامَ وَلَوْ كَانَ الْفَضْلُ بِالسِّنِّ يَااَمِيرَ الْمُؤْمِنِيْنَ لَكَانَ فِي الْاُمَّةِ مَنْ هُوَاَحَقُّ بِمَجْلِسِكَ هٰذَا

(اللہ امیر المومنین کی مدد کرے! انسان کی قدر و قیمت دو (2) چھوٹے اعضاء کی وجہ سے ہے یعنی اُس کا دل اور اُس کی زبان۔ پس اگر اللہ نے کسی بندے کو حق بات کہنے والی زبان اور نیک دل عطا فرما دیا ہے تو وہ شخص کلام کرنے کا حقدار ہے۔ آخر اگر فضیلت زیادہ

عمر کی ہوتی تو آپ ہی بتائیں کہ اس مجلس میں امیر المومنین ہونے کا حقدار سب سے بڑی عمر کا شخص ہوتا۔)

حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ اُس لڑکے کا کلام سن کر حیران رہ گئے اور اُس لڑکے کی تعریف کی اور اُسے دعائیں دیں۔ (1)

دل اور زبان کے تزکیے کی اہمیت

اِن دو واقعات سے دل اور زبان کے تزکیے کی اہمیت واضح ہوتی ہے۔ آپ غور فرمائیں کہ اللہ نے انسان کو جسم کے تقریباً تمام اعضاء جوڑے (pair) کی صورت میں دیئے ہیں مثلاً دو آنکھیں، دو کان، ناک کے دو سوراخ، دو پھیپھڑے، دو گردے، حتیٰ کہ دماغ بھی دو (Left Brain & Right Brain Hemispheres) عطا فرمائے لیکن اللہ نے انسان کو ایک دل اور ایک زبان عطا فرمائی ہے کیونکہ یہ دونوں اعضاء اُس ایک رب نے اپنا ذکر کروانے کے لیے انسان کو عطا کیے ہیں۔ آج مسلمانوں کو جس چیز کی سب سے زیادہ ضرورت ہے وہ یہی دل اور زبان کا تزکیہ ہے۔ قرآن میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَّلَا بَنُوْنَ o اِلَّا مَنْ اَتَى اللّٰهَ بِقَلْبٍ سَلِيْمٍ o

(سورہ الشعراء۔ آیات 89,88)

(قیامت کے روز نہ مال فائدہ دے گا نہ اولاد۔ سوائے اس شخص کے جو اللہ کے حضور قلبِ سلیم یعنی پاک دل لے کر حاضر ہوگا)

حدیث شریف میں آتا ہے:

جِئْتَ تَسْئَالُ عَنِ الْبِرِّ؟ قُلْتُ نَعَمْ قَالَ اِسْتَفْتِ قَلْبَکَ، اَلْبِرُّ

1) تذکرۃ الحفاظ، حافظ ذہبی، مطبوعہ بیروت

مَااطْمَأَنَّتْ اِلَيْهِ النَّفْسُ وَ اطْمَأَنَّ اِلَيْهِ الْقَلْبُ ، وَالْاِثْمُ مَاحَاكَ فِي النَّفْسِ وَتَرَدَّدَ فِي الصَّدْرِ وَاِنْ اَفْتَاكَ النَّاسُ وَ اَفْتُوْكَ

(مسند احمد. سنن دارمی) (1)

رسول اللہ کے پاس ایک آدمی آیا جس سے آپؐ نے فرمایا:
''تم مجھ سے نیکی کے متعلق پوچھنے آئے ہو؟ اُس نے کہا: جی ہاں، آپؐ نے فرمایا: اِسْتَفْتِ قَلْبَکَ یعنی اپنے دل سے فتویٰ طلب کرو۔ نیکی وہ ہے جس کے متعلق روح مطمئن ہو اور دل مطمئن ہو اور گناہ وہ ہے جو روح میں بے چینی پیدا کرے اور دل میں کھٹکے چاہے لوگ تجھے بار بار اُس گناہ کے حق میں دلیل دیں۔''

اسی طرح صحیحین کی حدیث میں نبی کریمؐ نے فرمایا:

اَلَا اِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً اِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ وَاِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ اَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ (بخاری. مسلم)

(بے شک انسان کے جسم میں ایک لوتھڑا ہے اگر وہ صحیح ہو تو تمام جسم صحیح رہتا ہے اور اگر وہ خراب ہو جائے تو تمام جسم خراب ہو جاتا ہے۔ خبردار رہو کہ وہ دل ہے)

''قلب سلیم'' تمام روحانی خامیوں سے پاک دل ہوتا ہے۔ دراصل یہ تزکیہ یافتہ دل (Purified Heart) ہوتا ہے۔ کیونکہ جس ''قلب سلیم'' کا اوپر بیان کی گئی آیت میں ذکر ہے وہ روحانی دل ہے لیکن یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ روحانی دل کا مرکز جسمانی دل (Physical Heart) ہی ہے۔ دل دراصل جسم اور روح کے درمیان رابطہ (Link) کی حیثیت رکھتا ہے یہی

1) یہ حدیث صحابی رسول واصبہ بن معبد الاسدیؓ نے روایت کی ہے۔ اس حدیث کو عصر حاضر کے محدث شیخ ناصرالدین البانیؒ نے صحیح الترغیب (حدیث 1734) میں حسن کا درجہ دیا ہے۔

وجہ ہے کہ انسانی دل میں روح اور بدن کے درمیان معرکہ برپا رہتا ہے، اگر دل کا جھکاؤ جسمانی خواہشات اور شہوات کی طرف ہو جائے تو پہلے پہل دل پر ایک طرح کا غلاف چڑھ جاتا ہے پھر دل سخت ہو جاتا ہے اور بالآخر دل روحانی بیماریوں کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس کے برعکس اگر دل روحانی مطالبات کی طرف جھک جائے تو دل کو روحانی طاقت ملنا شروع ہو جاتی ہے جو اُسے مضبوط بنا دیتی ہے۔ قرآن کے مطابق لوگوں کے دل تین قسم کے ہوتے ہیں:

1۔ مومن کا دل:

مومن اللہ کی توحید پر ایمان رکھتا ہے ہر مشکل میں اُسی سے مدد مانگتا ہے۔ مومن کا دل زندہ ہوتا ہے۔

2۔ کافر کا دل:

کافر اللہ پر ایمان نہیں رکھتا۔ کافر کا دل مردہ ہوتا ہے۔

3۔ منافق کا دل:

منافق وہ ہوتا ہے جس کا نام تو مسلمانوں والا ہوتا ہے، وہ بعض اوقات نمازیں بھی پڑھتا ہے، مسلمانوں کے ساتھ مل کر عید کی نماز یا نماز جنازہ بھی دکھلاوے کے لیے پڑھ لیتا ہے لیکن اُس کے دل کی ہمدردیاں ہمیشہ کفار کے ساتھ ہوتی ہیں۔ منافق کا دل کفار کے لیے نرم اور مسلمانوں کے لیے سخت ہوتا ہے۔

ایک "منافق مسلمان" کافروں کے ساتھ مل کر مسلمانوں پر کبھی بم برساتا ہے اور کبھی ڈرون حملے کرواتا ہے، کبھی مسلمانوں کو پکڑ کر غیر مسلموں کے حوالے کر دیتا ہے اور اس کے عوض میں چند ڈالر یا سونے کے کھوٹے سکے حاصل کرتا ہے اور کبھی اپنے ہی ملک کی جیلوں میں حق پرستوں کو ٹھونس دیتا ہے اور اُس کی چابی کہیں پھینک دیتا ہے۔ ایسے "منافق مسلمان" جسمانی

طور پر تو مسلم ممالک میں رہ رہے ہوتے ہیں لیکن اُن کا دل یورپ میں رہ رہا ہوتا ہے۔ شاید اسی لیے وہ مسلم ممالک کے عوام کی دولت چوری کر کے سوئٹزرلینڈ کے بینکوں (Swiss Banks) میں اپنے اکاؤنٹ میں جمع کرواتے رہتے ہیں۔اس لحاظ سے دیکھا جائے تو آج مراکش سے لے کر انڈونیشیا تک اکثر مسلم ممالک کے حکمران اور سیاستدان ایک منافق کا دل رکھتے ہیں (سوائے چند مومن حکمرانوں اور سیاستدانوں کو چھوڑ کر) اور اِنْ شَاءَ یہ لوگ قیامت کے روز منافقِ اعظم عبداللہ بن اُبَی کے جھنڈے تلے جمع ہوں گے۔ قصہ مختصر یہ کہ منافق کا دل بیمار ہوتا ہے جیسا کہ قرآن میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ لاَ تُفْسِدُواْ فِي الأَرْضِ قَالُواْ إِنَّمَا نَحْنُ مُصْلِحُونَo أَلا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَلَـكِن لاَّ يَشْعُرُونَo

(سورہ البقرہ:12-10)

''اُن کے دلوں میں ایک بیماری ہے جسے اللہ نے اور زیادہ بڑھا دیا اور جو جھوٹ وہ بولتے ہیں اُس کی پاداش میں ان کے لیے دردناک سزا ہے۔جب کبھی اُن سے کہا گیا کہ زمین میں فساد (corruption) برپا نہ کرو تو انھوں نے یہی کہا کہ ہم تو اصلاح کرنے والے ہیں۔ خبردار! حقیقت میں یہی لوگ مفسد ہیں مگر انہیں شعور نہیں ہے۔''

یہ بھی یاد رہے کہ منافق کے دل کو جو نفاق کی بیماری ہوتی ہے اُس کی وجہ سے منافق کا مقام کافر سے بھی بدتر ہوتا ہے:

اِنَّ الْمُنَافِقِيْنَ فِي الدَّرْكِ الْاَسْفَلِ مِنَ النَّارِo

(سورہ النساء: آیت 145)

''بیشک منافقین جہنم کے سب سے نیچے طبقے میں جائیں گے۔''

اس کے برعکس غیبت، حسد، تکبر، ریا، وہن، وغیرہ ایسی روحانی بیماریاں ہیں جو ایک مومن کے دل کو لگ سکتی ہیں اور اُن بیماریوں کا علاج شریعت نے بتایا ہے۔ یہ علاج دل اور زبان کا تزکیہ کرنے سے حاصل ہوتا ہے۔

حضرت ابراہیمؑ کی دعا اور اللہ کا جواب

جب ہم قرآن پر غور کریں تو ہم دیکھتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کا انبیاء کو انسانیت کی طرف بھیجنے کا مقصد ہی اُن لوگوں کے دلوں کا تزکیہ ہے۔ مثلاً قرآن نے موسیٰ کی بعثت کا مقصد تزکیہ بتایا ہے:

اذْهَبْ إِلَى فِرْعَوْنَ إِنَّهُ طَغَىo فَقُلْ هَل لَّكَ إِلَى أَن تَزَكَّىo
وَأَهْدِيَكَ إِلَى رَبِّكَ فَتَخْشَى o (سورہ النازعات: آیات 19-17)

"اے موسیٰ! فرعون کے پاس جا، وہ سرکش ہوگیا ہے اور اُس سے کہہ "کیا تو اِس کے لیے تیار ہے کہ اپنا تزکیہ کرے اور میں تیرے رب کی طرف تیری رہنمائی کروں اور (اُس کا) خوف تیرے اندر پیدا ہو۔"

اسی طرح ابراہیمؑ نے اللہ تعالیٰ سے اپنی قوم کے لیے ایک رسول کی دعا کی جو اُن لوگوں کا تزکیہ کرے:

رَبَّنَا وَابْعَثْ فِيهِمْ رَسُولاً مِّنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ
الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ إِنَّكَ أَنتَ العَزِيزُ الحَكِيمُo

(سورہ البقرہ: آیت 129)

"اے رب، اِن لوگوں میں خود انھیں کی قوم سے ایک ایسا رسول اُٹھائیو جو انھیں تیری

آیات سنائے، اُن کو کتاب اور حکمت کی تعلیم دے اور اُن کا تزکیہ کرے۔ تو بڑا مقتدر اور حکیم ہے"۔

ابراہیمؑ نے رسول کے بھیجنے کے چار مقاصد کو اپنی دعا میں بیان فرمایا ہے:

1۔ تلاوتِ آیات

2۔ تعلیمِ کتاب

3۔ تعلیمِ حکمت

4۔ انسانوں کا تزکیہ

جب ہم مندرجہ بالا چار مقاصد پر غور کرتے ہیں تو ہم دیکھتے ہیں کہ اُن میں سے تین یعنی تلاوتِ آیات و تعلیم کتاب و حکمت کی حیثیت ذرائع (Means) کی ہے اور تزکیہ کی حیثیت مقصد (Main Purpose) کی ہے۔

پھر ہم قرآن میں دیکھتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ ابراہیمؑ کی دعا قبول فرماتا ہے اور درج ذیل جواب دیتا ہے۔

كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولاً مِّنكُمْ يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ وَيُعَلِّمُكُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُعَلِّمُكُم مَّا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ٥

(سورہ البقرہ آیت 151)

"جیسا کہ میں نے تمہارے درمیان خود تم میں سے ایک رسول بھیجا جو تمہیں میری آیات سناتا ہے، تمہارا تزکیہ کرتا ہے، تمہیں کتاب و حکمت کی تعلیم دیتا ہے اور تمہیں وہ باتیں سکھاتا ہے جو تم نہ جانتے تھے۔"

اِس آیت پر غور فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ نے یہاں پر الفاظ کی ترتیب کو بدل دیا ہے۔ یہاں

رسالت کے مقاصد کی ترتیب وہ نہیں رہی جو ابراہیمؑ نے اپنی دعا میں بیان کی تھی۔ابراہیمؑ کی دعا میں تزکیہ چوتھے نمبر پر تھا۔جواب میں اللہ تعالیٰ نے تزکیہ کو دوسرے نمبر پر رکھ دیا۔اسی طرح سورہ الجمعہ پر آپ غور فرمائیں:

هُوَ الَّذِىْ بَعَثَ فِى الْاُمِّيّٖنَ رَسُوْلاً مِّنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيْهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ ○ (سورہ الجمعہ آیت 2)

''وہی ہے جس نے اُمیوں کے اندر ایک رسول خود اُنہی میں سے اُٹھایا، جو اُنہیں اُس کی آیات سناتا ہے، اُن کا تزکیہ کرتا ہے اور اُن کو کتاب اور حکمت کی تعلیم دیتا ہے۔''

سورہ الجمعہ کی اِس آیت میں بھی اللہ تعالیٰ نے تزکیے کو دوسرے نمبر پر رکھا اور تعلیم کتاب اور تعلیم سنت کو تیسرے اور چوتھے نمبر پر رکھا۔

اسی طرح سورہ آلِ عمران پر غور فرمائیں۔

لَقَدْ مَنَّ اللّٰهُ عَلَى الْمُؤْمِنِيْنَ إِذْ بَعَثَ فِيْهِمْ رَسُوْلاً مِّنْ أَنْفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيْهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوْا مِنْ قَبْلُ لَفِىْ ضَلَالٍ مُّبِيْنٍ○

(سورہ آلِ عمران: آیت 164)

''درحقیقت اہل ایمان پر تو اللہ نے یہ بہت بڑا احسان کیا ہے کہ اُن کے درمیان خود اُنہی میں سے ایک ایسا پیغمبر اُٹھایا جو اُس کی آیات اُنھیں سناتا ہے، اُن کا تزکیہ کرتا ہے اور اُن کو کتاب اور دانائی کی تعلیم دیتا ہے، حالانکہ اس سے پہلے یہی لوگ صریح گمراہیوں میں پڑے ہوئے تھے۔''

اس آیت میں بھی تزکیہ کا ذکر اللہ تعالیٰ نے دوسرے نمبر پر کیا ہے۔ایسا کیوں ہے؟

دراصل اللہ تعالیٰ نے دل اور روح کے تزکیہ کی اہمیت کے پیشِ نظر ترتیب میں اُسے پہلے رکھا ہے۔ اگر دل اور زبان کا تزکیہ نہیں ہوگا تو قرآن اور سنت کی تعلیم بھی کارگر نہیں ہوگی ۔ یہی وجہ ہے کہ ابن عباسؓ نے رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے طریقِ تعلیم کے متعلق فرمایا تھا:

تَعَلَّمْنَا الْاِیْمَانَ ثُمَّ تَعَلَّمْنَا الْقُرْآنَ

"رسول کریمؐ نے ہمیں پہلے ایمان سکھایا، پھر قرآن سکھایا۔"

ایمان کی آبیاری جس جگہ کی جاتی ہے وہ انسانی دل ہوتا ہے اور تزکیہ نفس کا ٹارگٹ بھی انسانی دل ہی ہوتا ہے۔

سورہ الشّمس اور تزکیہ نفس

قرآن میں کسی بات کی اہمیت کو اجاگر کرنے کی غرض سے اللہ تعالیٰ اپنی مخلوقات کی قسم مختلف مقامات پر کھاتا ہے۔ قرآن کے بعض مقامات پر اللہ تعالیٰ قسم کھانے کے بعد اُس قسم کا جواب بھی دیتا ہے جسے "جَوَابُ الْقَسَمْ" کہا جاتا ہے۔ قرآن میں کسی جگہ اللہ تعالیٰ ایک مرتبہ قسم کھاتا ہے کہیں 2 مرتبہ کہیں 3 یا 4 مرتبہ مثلاً:

وَالنَّجْمِ اِذَا هَوٰیo (سورہ النجم: آیت 1)

"قسم ہے تارے کی جبکہ وہ غروب ہوا۔"

وَالسَّمَآءِ وَالطَّارِقِo (سورہ الطارق: آیت 1)

"قسم ہے آسمان کی اور رات کی نمودار ہونے والے (تارے) کی۔"

وَالتِّیْنِ وَالزَّیْتُوْنِo وَطُوْرِ سِیْنِیْنَo وَهٰذَا الْبَلَدِ الْاَمِیْنِo (سورہ التین)

1) ابن جریر طبری، جامع البیان فی تاویل القرآن، مطبوعہ بیروت، 1992ء

"قسم ہے انجیر اور زیتون کی اور طور سینا اور اس پرامن شہر [مکہ] کی۔"

قرآن میں صرف ایک ہی سورت ایسی ہے جس میں اللہ تعالیٰ نے ایسے انداز سے قسم کھائی ہے جو کسی دوسری سورت میں نہیں کھائی۔ یہ سورہ الشمس ہے جس میں اللہ تعالیٰ نے 9 مرتبہ قسم کھائی ہے۔ چنانچہ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا۝ وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَاهَا۝ وَالنَّهَارِ إِذَا جَلَّاهَا۝ وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا ۝ وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا ۝ وَالْأَرْضِ وَمَا طَحَاهَا۝ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا۝ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا۝ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا۝ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا۝

(سورہ الشمس آیات 1-10)

"سورج اور اس کی دھوپ کی قسم اور چاند کی قسم جبکہ وہ اس کے پیچھے آتا ہے، اور دن کی قسم جبکہ وہ سورج کو نمایاں کر دیتا ہے اور رات کی قسم جبکہ وہ سورج کو ڈھانک لیتی ہے اور آسمان کی اور اُس ذات کی قسم جس نے اُسے قائم کیا اور زمین کی اور اُس ذات کی قسم جس نے اُسے بچھایا اور نفسِ انسانی کی اور اُس ذات کی قسم جس نے اُسے ہموار کیا پھر اُس کی بدی اور اس کی پرہیزگاری اُس پر الہام کر دی۔ یقیناً فلاح پا گیا وہ جس نے نفس کا تزکیہ کیا اور نامراد ہوا وہ جس نے اُس کو دبا دیا۔"

نو (9) مرتبہ قسم کھا کر اللہ تعالیٰ نے جَوَابُ الْقَسَم میں فرمایا کہ یقیناً فلاح پا گیا وہ انسان جس نے نفس کا تزکیہ کیا، اپنے نفس کو برائی سے پاک کیا، اُس کو اُبھار کر تقویٰ کی بلندی پر لے گیا۔ اس کے مقابلے میں دَسّٰهَا کا لفظ استعمال کیا گیا ہے جس کا مصدر تَدْسِيَة

ہے۔ تدسیہ کے معنی دبانے، چھپانے، اغوا کرنے اور گمراہ کر دینے کے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے نفس انسانی پر حق اور باطل میں فرق کرنے کی صلاحیت الہام کر دی ہے تا کہ وہ انسان کے دل کے تزکیہ کے عمل میں مددگار ثابت ہو۔

پس وہ شخص نامراد ہوگا جو اپنے دل کے اندر پائے جانے والے نیکی کے رجحانات کو ابھارنے اور نشوونما دینے کے بجائے اُن کو دبائے۔ اُن رجحانات کا تزکیہ (purification) نہیں کرے اور برائی کو اپنے قلب پر اتنا غالب کر دے کہ تقویٰ اُس کے نیچے اُس طرح چھپ کر رہ جائے جیسے ایک لاش قبر پر مٹی ڈال دینے کے بعد چھپ جاتی ہے۔

دل اور زبان کی روحانی بیماریاں

ہم قیامت کے روز اپنے اعمال کے خود ذمہ دار ہوں گے۔ شیطان اُس روز یہ کہہ کر کنارہ کش ہو جائے گا کہ میں نے تو تمہارے دل میں صرف وسوسہ ڈالا تھا، تمہیں برا کام کرنے پر مجبور تو نہیں کیا تھا۔ گو کہ شیطان کو انسان کے دل میں آنے والے خیالات پر کنٹرول نہیں حاصل لیکن اُس کے پاس انسانی دل میں وسوسہ ڈالنے کی طاقت ضرور ہے:

اَلَّذِیْ یُوَسْوِسُ فِیْ صُدُوْرِ النَّاسِ o (سورہ الناس آیت 5)

"(شیطان) جو لوگوں کے دلوں میں وسوسے ڈالتے ہیں۔"

اگر انسانی دل، روحانی لحاظ سے پاک اور مضبوط ہوگا تو شیطان کا وسوسہ کمزور ہوگا لیکن اگر دل کا تزکیہ نہیں ہوا اور وہ روحانی لحاظ سے کمزور ہے تو ایسا دل شیطان کے چھوٹے سے وسوسے کے سامنے بھی نہیں ٹھہر سکتا۔ اگلے ابواب میں دلوں کی بعض روحانی بیماریوں کا ذکر کیا جائے گا اور اُن کے علاج پر بحث کی جائے گی۔ یقیناً صرف ایک کتاب میں اِس موضوع کا مکمل احاطہ نہیں کیا جا سکتا کیونکہ دل کی دنیا بہت گہری ہوتی ہے۔ بقول سلطان باہوؒ :

دل دریا سمندروں ڈونگے

اِتھے کون دلاں دیاں جانے ھُو

امام غزالی اپنی ''احیاء العلوم الدین'' میں لکھتے ہیں کہ ہمارے جسم کے ہر عضو کا ایک کام (Function) ہے۔ جب وہ عضو اُس کام کو انجام نہیں دے سکتا تو اِس کا مطلب ہے کہ ضرور اُس میں کوئی خرابی ہے۔ دل کا مقصد اپنے خالق کی یاد اور اُس کی رضا کا حصول ہے۔ اگر دل یہ کام نہیں کر رہا تو اس کا مطلب ہے کہ دل کو کوئی بیماری لاحق ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ اللہ نے انسان کو ایک دل اور ایک زبان عطا فرمائی ہے تا کہ وہ ان سے اُس ایک رب ذوالجلال کو یاد کرے اور اس کے دین کے پیغام کو پوری دنیا تک پھیلائے۔

مصری عالم اور صوفی ابن عطا اللہ اسکندری (المتوفی 1309ء) اپنی کتاب ''الحکم العطائیہ'' میں لکھتے ہیں:

> ''اگر ہمارے سے نیکی کا کوئی عمل چھوٹ جائے یا ہماری نماز قضا ہو جائے اور ہماری طبیعت برہم نہ ہو (موڈ خراب نہ ہو) اور اگر اللہ کی کسی معاملے میں نافرمانی کر کے ہمیں احساس ندامت نہ ہو تو یہ اِس بات کی نشانی ہے کہ ہمارا دل مر چکا ہے۔''

یہ اس وجہ سے ہے کیونکہ جس طرح ہماری زندگی کے لیے اُسے خوراک اور آرام کی ضرورت ہوتی ہے اسی طرح ہمارے روحانی دل کی زندگی کا انحصار بھی ایمان اور اعمالِ صالحہ (نماز، روزہ، زکوۃ، امر بالمعروف اور نہی عن المنکر) پر ہوتا ہے۔ جس طرح جسمانی بیماریاں ہمارے جسم کی صحت اور زندگی کے لیے خطرناک ہوتی ہیں اُسی طرح روحانی بیماریاں دلوں کی صحت کے لیے خطرناک ہوتی ہیں اور اگر اُن کا بروقت علاج نہ کیا جائے تو اُن سے دل سیاہ ہو کر مر سکتا ہے۔

علامہ ابن القیم الجوزیہ اپنی کتاب "مدارج السالکین" میں لکھتے ہیں کہ دلوں کی روحانی بیماریوں کی دو اقسام میں تقسیم کیا جا سکتا ہے۔

1) شبہات کی بیماریاں

2) شہوات کی بیماریاں

ان دونوں بیماریوں کا حل سورہ العصر میں موجود ہے۔ یہی وجہ ہے کہ امام الشافعیؒ نے سورہ العصر کے متعلق فرمایا تھا:

لَوْلَمْ یُنْزَلَ اللّٰہُ تَعَالٰی مِنَ الْقُرْاٰنِ سِوٰی سُوْرَۃُ الْعَصْرِ لَکَفَتِ النَّاس

"اگر اللہ تعالیٰ پورا قرآن نازل نہ فرماتا اور صرف سورہ العصر نازل کر دیتا تو تب بھی یہ سورۃ لوگوں کی ہدایت کے لیے کافی تھی۔"

شبہات کی روحانی بیماری کے علاج کے لئے سورہ العصر میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ o (سورہ العصر)

"اور (مومنین) ایک دوسرے کو حق بات کی نصیحت کرتے ہیں۔"

اور شہوات کی روحانی بیماری کے لیے ارشاد خداوندی ہے:

وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ o

"اور (مومنین) ایک دوسرے کو صبر کی تلقین کرتے ہیں۔"

چنانچہ شبہات کی روحانی بیماری کا علاج حق بات کی نصیحت یعنی امر بالمعروف اور نہی عن المنکر ہے۔ حق کا تعلق عقیدہ و ایمان سے بھی ہے اور دنیا کے معاملات سے بھی۔ اسی لیے امر بالمعروف اور نہی عن المنکر کو امت مسلمہ کا فریضہ قرار دیا گیا ہے (سورہ آل عمران 106)

اور اسی فریضے کی ادائیگی کی صورت میں اُمت مسلمہ کو بہترین امت قرار دیا گیا ہے (ال عمران :آیت 110)

اس کے مقابلے میں شہوات کی روحانی بیماری یعنی دنیا کی لذات کی شدید خواہش، معاشرے میں اپنا معیار زندگی (Status) اونچا کرنے کی اتنی شدید خواہش ہونا کہ بندہ اپنی بیوی اور بیٹیوں کو بھی کیریر (Career) کی بھینٹ چڑھا دے، ہر وقت ٹی وی کے آگے بیٹھا رہنا یا کھیلوں میں ایسا گم ہونا کہ اپنے مذہبی فرائض کی کوئی فکر نہیں، وغیرہ وغیرہ یہ سب شہوات کی روحانی بیماری کا نتیجہ ہیں۔ شہوات پر کنٹرول کرنے کا بہترین طریقہ صبر ہے۔

دل کی روحانی بیماریاں ایک لحاظ سے جسمانی بیماریوں سے کہیں زیادہ خطرناک ہوتی ہیں۔ اِس کی ایک وجہ یہ ہے کہ دل کی بیماریوں کی زد بندے کے مذہب اور دین پر پڑتی ہے جس کی وجہ سے بندے کی آخرت برباد ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ اس کے برعکس جسمانی بیماریاں صرف بندے کے جسم کو نقصان پہنچا سکتی ہیں، اس کی آخرت کو نہیں۔ واقعہ یہ ہے کہ جسمانی بیماریاں تو بعض اوقات اس لحاظ سے فائدہ مند ثابت ہوجاتی ہیں کہ وہ بندے میں عاجزی پیدا کردیتی ہیں جس کی وجہ سے بعض اوقات بندہ اللہ کی یاد اور مذہب میں سکون اور پناہ ڈھونڈتا ہے۔ پھر جسمانی بیماریوں کا مومن کے لیے آخرت میں اجر بھی ہے۔ اِس کے برعکس دل کی روحانی بیماریوں کا معاملہ بالکل مختلف ہے۔ دل کی روحانی بیماریاں پوشیدہ (hidden) ہوتی ہیں اور اُن کا اپنے حواس سے جائزہ لینا نسبتاً مشکل ہوتا ہے۔ اس لئے اُن کے علاج کی طرف کم لوگ متوجہ ہوتے ہیں۔ اب اگلے صفحات میں دل اور زبان کی چند روحانی بیماریوں اور اُن کے علاج کا ذکر کیا جاتا ہے۔

باب نمبر 2

وھن کی روحانی بیماری

سب سے پہلے جس روحانی بیماری کا ذکر کرنا ضروری ہے وہ ''وھن'' کی بیماری ہے جو صرف مسلم افراد کو نہیں بلکہ پوری مسلمان اُمت (یعنی مسلمانوں کی اکثریت) کو لگی ہوئی ہے۔ ''وھن'' کا مطلب ہے دنیا کی محبت اور موت سے نفرت (Love of the world and dislike of death) دنیا کی محبت کی بنیادی وجہ لالچ ہے جبکہ موت سے کراہیت کی بنیادی وجہ خوف ہے۔ آج جب ہم مسلمانوں کی زندگی کی اولین ترجیحات (Priorities) کو دیکھیں تو اُس میں زیادہ سے زیادہ دنیا حاصل کرنے کا جنون سب سے اوپر نظر آتا ہے۔ اس چیز کا ذکر قرآن نے واضح الفاظ میں سورۃ التکاثر میں کیا ہے۔

أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ○حَتَّى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ○ كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ○
ثُمَّ كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ ○ كَلَّا لَوْ تَعْلَمُونَ عِلْمَ الْيَقِينِ○
لَتَرَوُنَّ الْجَحِيمَ ○ ثُمَّ لَتَرَوُنَّهَا عَيْنَ الْيَقِينِ○ ثُمَّ لَتُسْأَلُنَّ
يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ○

''تم لوگوں کو زیادہ سے زیادہ اور ایک دوسرے سے بڑھ کر دنیا حاصل کرنے کی دُھن نے

غفلت میں ڈال رکھا ہے یہاں تک کہ اسی فکر میں تم اب قبر تک پہنچ جاتے ہو۔ ہرگز نہیں عنقریب تم کو معلوم ہو جائے گا۔ پھر سُن لو کہ ہرگز نہیں عنقریب تم کو معلوم ہو جائے گا۔ ہرگز نہیں اگر تم یقینی علم کی حیثیت سے اِس روش کے انجام کو جانتے ہوتے (تو تمہارا یہ طرزِ عمل نہ ہوتا)۔ تم دوزخ دیکھ کر رہو گے پھر سن لو کہ تم بالکل یقین کے ساتھ اُسے دیکھ لو گے۔ پھر ضرور اُس روز تم سے اِن نعمتوں کے بارے میں جواب طلبی کی جائے گی۔"

ایک دوسرے سے بڑھ کر دنیا حاصل کرنے کی خواہش دراصل آج کے مادہ پرستانہ دور (age of materialism) کی نتیجہ ہے۔ آج لوگ اس بات کو بالکل بھول چکے ہیں کہ ایک دن انھوں نے قبر میں جانا ہے کیونکہ اپنا معیارِ زندگی (level of living) بلند کرنے کی لگن نے انھیں غفلت میں ڈال رکھا ہے حالانکہ جب لوگ موت کی آغوش میں جاتے ہیں تو پھر وہ یقینی علم سے دنیا کو دونوں ہاتھ سے سمیٹنے کا انجام دیکھ لیتے ہیں۔

وھن یعنی ''دنیا کی محبت اور موت سے نفرت''

آج مسلمان بحیثیت قوم جس طرح پورے دنیا کے سامنے رُسوا ہو رہے ہیں اور ذلت و مسکنت اُن کا مقدر بنی ہوئی ہے اُس کی وجہ رسول کریم ﷺ کے الفاظ میں یہ ہے کہ مسلمان اُمت کے قلوب کو وھن کی بیماری لگ چکی ہے۔ حضرت ثوبانؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریمؐ نے فرمایا:

يُوْشِكُ الْاُمَمُ اَنْ تَدَاعٰى عَلَيْكُم كَمَا تَدَاعَى الْاَكِلَةُ اِلٰى قَصْعَتِهَا فَقَالَ قَائِلٌ وَّمِنْ قِلَّةٍ نَحْنُ يَوْمَئِذٍ، قَالَ بَلْ اَنْتُمْ يَوْمَئِذٍ كَثِيْرٌ وَّلٰكِنَّكُم غُثَاءٌ كَغُثَاءِ السَّيْلِ وَلَيَنْزِعَنَّ مِنْ صُدُوْرِ عَدُوِّكُمْ

الْمَهَابَةَ مِنكُمْ وَلَيَقْذِفَنَّ اللّٰهُ فِي قُلُوبِكُمُ الْوَهْنَ فَقَالَ قَائِلٌ
يَارَسُوْلَ اللّٰهِ وَمَا الْوَهْنُ ، قَالَ حُبُّ الدُّنْيَا وَكَرَاهِيَةُ الْمَوْتِ
(سنن ابوداؤد۔کتاب الملاحم، مسند احمد) (1)

''عنقریب (غیر مسلم) اقوام ایک دوسرے کو تمہارے اوپر حملہ آور ہونے کے لئے اِس طرح دعوت دیں گی جس طرح لوگ ایک دوسرے کو دستر خوان پر کھانے کی دعوت دیتے ہیں۔ کسی صحابی نے حضورؐ سے پوچھا: ''یا رسول اللہ! کیا یہ اس لئے ہوگا کہ ہم مسلمان تعداد میں کم ہوں گے۔'' آپ نے جواب دیا۔ ''نہیں بلکہ تم لوگ تعداد میں بہت زیادہ ہو گے لیکن تمہاری حیثیت سمندر کی جھاگ جیسی ہوگی جسے پانی بہا لیجاتا ہے اور اللہ تعالیٰ تمہارے دشمنوں کے دلوں سے تمہارا خوف نکال دیگا اور تمہارے دلوں میں 'وھن' ڈال دے گا۔ کسی صحابی نے پوچھا کہ یا رسول اللہ! وھن کیا ہے؟ آپؐ نے جواب دیا: دنیا کی محبت اور موت سے نفرت۔''

دنیا کی محبت میں ایسی چیزیں شامل ہیں مثلاً دولت، عہدہ، اقتدار اور شہرت کی شدید خواہش اور یہ دنیا کی محبت دل کو بیمار کر دیتی ہے۔ ایک دوسری حدیث میں رسول کریم صلی اللہ

1) یہ حدیث صحیح ہے۔ شیخ البانی نے بھی اسے صحیح کا درجہ دیا ہے۔ اِس حدیث کو امام ابوداؤد کے علاوہ امام الرویانی نے اپنی مُسند میں عبدالرحمن بن یزید بن جابر کے طریق سے روایت کیا ہے (ج 2/134/25)۔ اسی طرح امام احمد بن حنبل نے مسند احمد (259/2) میں حضرت ابوھریرہؓ کے واسطے سے اِس حدیث کو روایت کیا ہے۔ امام الھیثمی ''مجمع الزوائد'' (287/7) میں لکھتے ہیں: ''اِس حدیث کو امام احمد نے روایت کیا ہے اور طبرانی نے الاوسط میں روایت کیا ہے اور احمد کی سند مضبوط ہے۔''

علیہ وسلم نے فرمایا:

مَاذِئْبَانِ جَائِعَانِ اُرْسِلَا فِیْ غَنَمٍ بِاَفْسَدَ لَهَا مِنْ حِرْصِ الْمَرْءِ عَلَی الْمَالِ وَالشَّرْفِ لِدِیْنِهٖ (ترمذی) (1)

''بھیڑوں کے غلے کو دو بھوکے بھیڑیے اتنا نقصان نہیں پہنچاتے جتنا دولت اور نمود و نمائش کی خواہش بندے کے دین ایمان کو نقصان پہنچاتی ہے۔''

آج مسلمان اپنے تنزل اور انحطاط کا سرتاپا ذمہ دار غیر مسلموں اور منافق مسلمان حکمرانوں کو ٹھہرا دیتے ہیں حالانکہ یہ مسئلے کا صرف ایک پہلو ہے۔ ہمیں یہ نہیں بھولنا چاہیے کہ اس دنیا کو اللہ تعالیٰ کنٹرول کر رہا ہے۔ اگر اللہ نے مسلمانوں پر ظالم حکمرانوں اور غیر مسلم اقوام کو مسلط کیا ہے تو ضرور کسی بات کی سزا ہے۔ مسلمانوں نے جہاد کو چھوڑ کر دنیا کی اشیاء مثلاً جدید سے جدید تر الیکٹرانک اشیاء اور اعلیٰ سے اعلیٰ گھر اور گاڑیاں جمع کرنے کو اپنی زندگی کا مقصود بنایا اور زندگی سے محبت کا لازمی نتیجہ موت سے کراہت کی صورت میں نکلتا ہے۔ قرآن نے اس معمے کا حل واضح طور پر بیان کر دیا ہے۔

وَمَا كَانَ رَبُّكَ لِيُهْلِكَ الْقُرٰى بِظُلْمٍ وَّاَهْلُهَا مُصْلِحُوْنَ ○

(سورہ ھود: آیت 117)

''تیرا رب ایسا نہیں ہے کہ بستیوں کو ناحق تباہ کر دے حالانکہ اُن کے باشندے اصلاح کرنے والے ہوں۔''

اسی طرح سورہ العنکبوت میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

---

1) امام ترمذی نے اِس حدیث کو حسن صحیح کا درجہ دیا ہے۔ اسکے علاوہ عبداللہ بن مبارک نے ''کتاب الزھد'' (ص 181) میں بھی اِس حدیث کو روایت کیا ہے۔

فَکُلًّا اَخَذْنَا بِذَنْۢبِهٖ ﴿ (آخر کار ہر ایک کو ہم نے اُس کے گناہ پر پکڑا۔)

پھر اللہ تعالیٰ فرماتا ہے:

وَمَا كَانَ اللّٰهُ لِيَظْلِمَهُمْ وَلٰكِنْ كَانُوْٓا اَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُوْنَ ٥

"اللہ ان لوگوں پر ظلم کرنے والا نہ تھا۔ مگر وہ خود ہی اپنے اوپر ظلم کر رہے تھے۔"

(سورہ العنکبوت:40)

دنیا پرستی اور روح تباہ کرنے کے آلات

(Dunya worship and weapons of soul-destruction)

جیسا کہ اوپر دی گئی آیات میں بیان ہوا ہے کہ آج مسلمان پر ذلت و مسکنت اُن کے اپنے اعمال کی وجہ سے ہے۔ آج ٹی وی، کیبل، ڈش نیٹ ورک، ہالی وڈ اور بالی وڈ بلکہ لالی وڈ کی فلمیں اور DVD، ویڈیو گیمز انٹرنیٹ کیمرہ، انٹرنیٹ چیٹنگ، سیل فون پر نوجوان لڑکوں لڑکیوں کی چیٹنگ، آئی پاڈ اور Mp3players پر پاپ میوزک، وغیرہ یہ سب آخر مسلمانوں کے گھر میں کون لایا ہے؟ آخر غیر مسلموں یا منافق سیاست دانوں نے اِن روح کو تباہ کرنے والے ہتھیاروں (weapons of soul destruction) کو زبردستی مسلمانوں کے گھروں میں تو داخل نہیں کیا۔ یہ سب چیزیں مسلمانوں نے خود اپنی خوشی سے معاشرے میں اپنا مرتبہ (social status) دکھانے کے لیے بلکہ showoff کرنے کے لئے اپنے گھروں میں داخل کی ہے۔ آج مسلمانوں میں الیکٹرانک آلات کے جنون کا یہ عالم ہے کہ اب بعض مسلمان اپنے گھروں میں سجاوٹ کے لیے گلدان (flower vase) نہیں بلکہ **iPad** رکھتے ہیں حالانکہ پھولوں کی خوبصورتی فطری ہے کیونکہ وہ اللہ کی تخلیق ہیں جب کہ "iPad" انسان کا بنایا ہوا

ایک بدصورت مستطیل (rectangle) سا چھوٹے سائز کا کمپیوٹر ہے۔اب بھلا کسی مستطیل شے اور پھول میں کیا مقابلہ لیکن جب لوگوں کا خوبصورتی کا معیار ہی بدل گیا ہو تو کیا کریں ؎

تھا جو ناخوب وہی بتدریج خوب ہوا
کہ غلامی میں بدل جاتا ہے قوموں کا ضمیر

بہرحال روح کو تباہ کرنے والے آلات کو گھروں میں داخل کرنے کے معاملے میں مسلمانوں کو اختیار کی پوری آزادی تھی۔آج مسلمانوں کے ڈرائنگ روم میں قرآنی آیات کی خطاطی والی پینٹنگز (Quranic calligraphy paintings) دیوار پر سجانے کی بجائے دیوار پر LCD Flat Screen TV آویزاں نظر آتا ہے۔کسی نے انھیں مجبور نہیں کیا۔ شیطان لوگوں کو اللہ کی نافرمانی پر مجبور نہیں کرسکتا۔اسے صرف انسان کے قلب میں وسوسہ ڈالنے کی طاقت ہے لیکن جب دل روحانی لحاظ سے صحت مند نہ ہو تو اُس میں وسوسے کو جھٹکنے کی طاقت نہیں رہتی۔آج مسلمانوں کا حال یہ ہے کہ وہ شیطانی آلات سے لطف اندوز ہوتے ہوتے قبر تک پہنچ جاتے ہیں، جس حقیقت کو امریکی معاشرتی نقاد نیل پوسٹ مین (Neil Postman) نے اپنی کتاب Amusing Ourselves to Death کے عنوان میں بخوبی سمو دیا ہے۔ ہم تو اُن نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی امت ہیں جنھوں نے فرمایا تھا:

كُنْ فِي الدُّنْيَا كَأَنَّكَ غَرِيبٌ أَوْعَابِرُ سَبِيلٍ (بخاری عن ابن عمرؓ)

''دنیا میں ایسے رہو جیسے کوئی اجنبی یا مسافر رہتا ہے۔''

آج پوری دنیا میں جو مادیت کی لہر اٹھی ہے اُس مادیت پرستی کے سونامی سے مسلمان بھی محفوظ نہیں رہے۔امریکی نومسلم عالم شیخ حمزہ یوسف اِسی بات کا افسوس اپنی کتاب Agenda to Change Our Condition میں اِن الفاظ میں کرتے ہیں:

"آج مسلم ممالک کے دل اور مسلمانوں کے دل ظاہری اور باطنی دشمنوں کی زد میں ہیں۔ انسانی تاریخ میں پہلی بار ایسا ہوا ہے کہ اسلام کے دشمنوں نے ایسا اتحاد کیا ہے جس میں بیرونی ٹیکنالوجی اندرونی قلوب کو تباہ کر کے رکھ دیتی ہے۔

یہ دشمنانِ اسلام [جو بعض اوقات روشن خیال مفکروں یا NGOs کے بھیس میں ہوتے ہیں] ایسے ادارے قائم کرتے ہیں جہاں پر وہ اپنے خیالات کو بڑھاتے ہیں اور نوجوانوں کے دلوں تک پہنچ جاتے ہیں۔ یہ لوگ مسلمان علماء کے روحانی مقام اور مرتبے کو دقیانوسیت اور تشدد قرار دیتے ہیں......

مادیت پرستی کے پراپیگنڈے کی وجہ سے آہستہ آہستہ مسلمانوں کا لباس بدلا۔ عورتوں کے چہروں سے نقاب اور برقعے غائب ہو گئے اور مردوں کے چہروں سے داڑھی، عبایوں اور باحیا، ڈھیلے ڈھالے کپڑوں کی جگہ پہلے کلف لگے سوٹ اور ٹائیوں نے لی اور آخر کار جینز اور ٹی شرٹز (Jeans and T-Shirts) زیب تن ہوئے، ایسے کپڑے جو کفر اور بے حیائی کی یاد دلاتے ہیں، جنھیں پہنے ہوئے مسلمان زمین پر اللہ کے خلیفہ نظر نہیں آتے بلکہ مغربی فیکٹریوں کے ملازم نظر آتے ہیں، ایسی فیکٹریاں جو آج ہر جگہ اپنا سر نکال رہی ہیں۔ جوتیاں (Sandals) جو اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کو اتنی پسند تھیں اُن کی جگہ Nike Shoes نے لے لی جن پر بت پرستوں کا ایک نشان (Pagan Swoosh) بنا ہوا ہے جو ہم پڑھے لکھے لوگوں کو قدیم بت پرست رومن کلچر کی یاد دلاتا ہے۔ اگر ہم صرف سو سال پہلے اولین یورپین سیاحوں کی مسلمان ممالک میں آمد پر وہ تصاویر دیکھ لیں جو اُن یورپین سیاحوں نے اپنے کیمروں میں محفوظ کی تھیں تو ہمیں مسلمان عورتوں اور مردوں کے لباس کی حیا اور تقدس کا اندازہ ہو سکتا ہے۔" **(1)**

1) Yusuf, Hamza (2001). Agenda to Change Our Condition. Hayward (California), Zaytuna Institute.

اسلام میں ظاہر اور باطن کا حسین امتزاج

قرآن میں اللہ تعالیٰ نے مسلمان قوم کو یوں خطاب فرمایا ہے:

وَكَذَٰلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطاً لِّتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ

وَيَكُونَ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا (سورہ البقرہ: آیت 143)

''اور اسی طرح ہم نے تمہیں ایک اُمتِ وسط (Middle Nation) بنایا ہے تا کہ تم (قیامت کے روز) دوسرے مذاہب کے لوگوں پر گواہ ہو اور رسول تم پر گواہ بنے)

اسلام کی یہ خصوصیت ہے کہ اُس کی تعلیمات میں ظاہر اور باطن کا حسین امتزاج پایا جاتا ہے جو کسی دوسرے مذہب میں دیکھنے میں نہیں آتا۔ اسی لیے مسلمانوں کو اُمتِ وسط کہا گیا ہے۔ شریعت، اسلام کا ظاہر ہے اور تزکیہ، اسلام کا باطن۔ آج مسلمانوں کے زوال کی وجہ یہ ہے کہ مسلمانوں کے ظاہر اور باطن میں تضاد بلکہ عدم توازن (Disbalance) ہو گیا ہے۔ حالانکہ قرآن نے ہمیں حکم دیا ہے کہ ہم میزان (Balance) میں خلل نہ ڈالیں:

لَاتُخْسِرُوْا الْمِيْزَانَo (سورہ الرحمٰن: آیت 9)

''تم میزان میں خلل نہ ڈالو۔'' (Do not disturb the balance)

یہی میزان اللہ تعالیٰ نے ہمارے اندر بھی رکھا ہے۔ چیزوں کی صحیح گہرائی (Depth perception) کے لیے اللہ تعالیٰ نے ہمیں دو آنکھوں سے نوازا ہے:

اَلَمْ نَجْعَلْ لَهٗ عَيْنَيْنِo (سورہ البلد: آیت 8)

''کیا ہم نے تمہیں دو آنکھیں نہیں عطا کیں۔''

جب دنیا کا مشاہدہ ایک آنکھ سے کیا جاتا ہے تو وہ بہت سطحی ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ دجالی تہذیب کی خاصیت یک چشمی سطحیت (One-eyed superficiality) ہے۔ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تھا:

اِنَّ الدَّجَّالَ اَعْوَرُ وَاِنَّ رَبَّكُمْ لَيْسَ بِاَعْوَرٍ (رواہ البخاری ومسلم)

"بے شک دجال، ایک آنکھ سے کانا ہوگا اور تمہارا رب ایک آنکھ والا نہیں ہے۔"

اسی طرح ایک دوسری حدیث میں فرمایا:

اِنِّیْ لَاُنْذِرُكُمُوْهُ وَمَا مِنْ نَبِيٍّ اِلَّا وَقَدْ اَنْذَرَ قَوْمَهٗ وَلَقَدْ اَنْذَرَهٗ نُوْحٌ قَوْمَهٗ وَلٰكِنْ سَاَقُوْلُ فِيْهِ قَوْلًا لَمْ يَقُلْهُ نَبِيٌّ لِقَوْمِهٖ تَعْلَمُوْنَ اَنَّهٗ اَعْوَرُ وَاَنَّ اللّٰهَ لَيْسَ بِاَعْوَرٍ (عن ابن عمرؓ، جامع ترمذی۔ کتاب الفتن)

"میں تمہیں دجال سے خبردار کرتا ہوں اور کوئی نبی نہیں جس نے اپنی قوم کو دجال سے ڈرایا نہ ہو لیکن میں تمہیں دجال کے متعلق ایسی بات بتاتا ہوں جو اس سے پہلے کسی نبی نے اپنی قوم کو نہیں بتائی۔ جان رکھو کہ دجال کی ایک آنکھ ہوگی اور تمہارا رب کانا نہیں ہے۔"

دجال اور دجالی تہذیب کی خاصیت یہ ہے کہ اُس میں یا تو صرف ظاہر ہوتا ہے یا صرف باطن لیکن بیک وقت مادیت اور روحانیت دونوں نہیں ہو سکتیں۔ پھر افسوس اس بات پر ہے کہ دجالی تہذیب میں زیادہ جھکاؤ اور توجہ کا مرکز و محور انسانی جسم ہی ہوتا ہے۔ ہم جہاں نگاہ اٹھائیں صرف جسم کو آرام دینے کا سامان ہمیں نظر آتا ہے۔ روح کی تسکین کا سامان کسی مارکیٹ میں نہیں ملتا۔ ہر میگزین کے ہر لفظ کا پیغام مادیت اور لذت پرستی کی دعوت دے رہا ہوتا ہے۔ آج انسانی روح متاعِ گمشدہ بن کر رہ گئی ہے۔ آج مسلمانوں کی موجودہ پسپائی کا سبب بھی شریعت کی

غیر موجودگی نہیں بلکہ اُن کی قومی زندگی کے ظاہر و باطن میں تناسب کی کمی ہے۔ مسلمانوں کی بیسویں صدی کی اکثر احیائی تحریکوں میں بھی اپنی تمام تر خوبیوں کے باوجود ظاہر و باطن کے تناسب (balance) کی کمی تھی۔ کسی تحریک میں روحانیت اور تصوف پر زیادہ زور ہے لیکن اسلام کے ظاہری شرعی احکام پر توجہ نہیں، تو کسی تحریک میں اسلام کے شرعی احکام پر زور ہے لیکن تحریک کے کارکنوں کے قلوب کا تزکیہ اعلیٰ پائے کا نہیں۔ اسلام سے روحانی وابستگی اور علمی تعلق کے بغیر صرف جذباتی تعلق زیادہ دیر پا ثابت نہیں ہوتا۔ اسلام میں شریعت اور طریقت دونوں ہی اہم ہیں جیسا کہ امام طریقت شیخ جنید بغدادیؒ نے فرمایا تھا:

"اگر کوئی شخص ولی اللہ ہونے کا دعویٰ کرتا ہے اور اپنی کرامت دکھاتے ہوئے وہ پانی پر چل سکتا ہے اور ہوا میں جائے نماز بچھا کر نماز پڑھتا ہے لیکن اگر اُس کا ایک بھی عمل سنتِ رسولؐ کے خلاف ہے تو: اِنَّهٗ لَيْسَ بِوَلِيٍّ اِنَّهٗ شَيْطَانٌ یعنی "وہ شخص اللہ کا ولی نہیں بلکہ شیطان ہے۔"

اور شیخ بایزید بسطامیؒ نے اسلام کے علمِ روحانیت کے متعلق فرمایا تھا:

عِلْمُنَا هٰذَا مُقَيَّدٌ بِكِتَابِ اللّٰهِ وَسُنَّةِ رَسُوْلِهٖ

"ہمارا یہ علمِ روحانیت، اللہ کی کتاب (قرآن) اور اُس کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت (حدیث) کا پابند ہے۔"

بیسویں صدی کے اوائل تک کے اسلام پر لکھنے والے مستشرقین اُس بات پر سخت حیران تھے کہ آخر اسلام میں ظاہری شریعت اور روحانیت کا حسین امتزاج کیسے پایا جاتا ہے۔ یورپی مستشرق میسگنان (Massignon) نے 1922ء میں جب اپنا مذہبی مقالہ لکھا جس کا عنوان تھا (Essai sur les origines de la lexique technique) تو اُس مقالے میں اِس بات پر حیرانگی کا اظہار کیا کہ اسلام کی شرعی اور بنجر زمین (barren and legalistic) سے

اسلامی روحانیت (تزکیہ واحسان) کا زرخیز پودا آخر نکلا کیسے؟ نہ معلوم مستشرقین کو اس بات پر حیرانگی کیوں ہوئی حالانکہ ہم اسلام کے شروع کے دور کو اگر بالفرض نہ بھی دیکھیں اور صرف انیسویں صدی کی اسلامی احیائی تحریکوں ہی کو دیکھ لیں تو اُن سب تحریکوں کے لیڈر اسلامی شریعت کے علماء ہونے کے علاوہ صوفیاء اور مرشد بھی تھے۔ مالی کی حکومت کے شیخ عثمان دان فودیو (Sheikh Uthman dan Fodio)، لیبیا کے امام سنوسی، الجزائر کے شیخ عبدالقادر جزائری، انڈیا کے سید احمد شہید بریلوی اور شاہ ولی اللہ کے پوتے شاہ اسماعیل شہید، داغستان کے امام شامیل (Imam Shamil) اور سماترا (Sumatra) کے پادرے کی بغاوت کے لیڈر اپنے وقت کے علماء ہونے کے ساتھ ساتھ اولیاء اللہ بھی تھے۔ بدقسمتی سے بیسویں صدی کی احیائی تحریکوں میں شریعت اسلامی کے اِس ظاہر و باطن کے تناسب میں ناہمواری آ گئی۔ پھر ستم یہ ہوا کہ مغربی مادیت پرستی نے اپنی ٹیکنالوجی کی پوری قوت کے ساتھ مسلمانوں کے قلوب پر حملہ کر دیا اور نتیجتاً آج مسلمان "وھن" کی بیماری کا شکار ہیں۔

جب ہم رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی شخصیت پر غور کریں تو ہم دیکھیں گے کہ اُن کی شخصیت میں ظاہر اور باطن کا حسین توازن (Perfect balance of outward and inward) پایا جاتا تھا۔ آپ ایک طرف بُراق پر سوار مسافرِ معراج (traveler of Miraaj) تھے تو دوسری طرف غزوہ بدر کے ہیرو (hero of Badr) بھی تھے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو اپنی بیویوں سے اور خوشبو سے محبت تھی تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی آنکھوں کی ٹھنڈک نماز میں تھی۔ غرض کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنے عمل سے ثابت کیا کہ روح اور جسم ایک ساتھ مل کر کام کر سکتے ہیں۔ آپ کی شخصیت نہایت معتدل تھی۔ یہی وجہ ہے کہ آپ کو سبز رنگ پسند تھا۔ قوس وقزح (RAINBOW) کے رنگ نیچرل رنگ ہوتے ہیں جو کہ درج ذیل ہیں:

Red, Orange, Yellow, Green, Blue, Indigo, Violet

آپ ذرا غور فرمائیں کہ یہ سات رنگ ہیں اور سات آسمان ہیں، سات براعظم ہیں ہفتے کے سات ہی دن ہوتے ہیں، طواف کے سات چکر ہوتے ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ اِن سات رنگوں کا وسط سبز (Green) رنگ ہے جو کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو پسند تھا کیونکہ آپ ؐ کی شخصیت متوسط تھی اور آپ ؐ کی امت کو بھی اُمـــتِ وســـط (سورہ البقرہ:143) کہا گیا ہے۔

رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے جس انداز سے صحابہ کرام کی تربیت کی اُس میں آپ ؐ یَتْلُوْا عَلَیْھِمْ اٰیٰتِہٖ یعنی اُنھیں شریعت کی ظاہری تعلیم دیتے تھے اور وَیُزَکِّیْھِمْ اُن کے دلوں کا تزکیہ کرتے تھے۔ یہی وجہ ہے کہ آپ ؐ کے تربیت یافتہ صحابہ کرام فُــرْسَــانُنْ بِــالنَّھَــار وَرُھْبَانُنْ بِاللَّیْلِ (دن کو گھوڑوں پر سوار جہاد کرنے والے اور رات کو عبادات کرنے والے) بن گئے تھے۔ صحابہ کے چہروں پر نور رہتا تھا جو اندرونی روحانی سکون ہی کی بدولت حاصل ہو سکتا ہے کیونکہ اُن کے قلوب وھن کی بیماری سے خالی تھے اور اللہ کی یاد سے معمور تھے:

اَلَا بِذِکْرِ اللّٰہِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُo (سورۃ الرعد:28)

''یقیناً اللہ کے ذکر سے دل اطمینان حاصل کرتے ہیں۔''

باب نمبر 3

غیبت اور زبان کی دیگر آفات

علم تشریح الاعضاء (Human Anatomy) کے مطالعے سے پتہ چلتا ہے کہ جسم کے تمام پٹھوں میں سب سے مضبوط زبان کے پٹھے (Muscles) ہوتے ہیں۔ یہ بات حیران کن نہیں ہونی چاہیے کیونکہ اسی زبان کے متعلق امام غزالیؒ نے فرمایا تھا:

"زبان اللہ تعالیٰ کی عظیم نعمت ہے گو کہ اس کا سائز چھوٹا ہے لیکن اس کا جرم بہت بڑا ہوتا ہے۔" (احیاء علوم الدین)

انسانوں کی بولنے اور اپنا مافی الضمیر لفظوں میں بیان کرنے کی صلاحیت انھیں جانوروں سے ممتاز کرتی ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

خَلَقَ الْاِنْسَانَ o عَلَّمَهُ الْبَيَان o (سورہ الرحمٰن: آیات 3,4)

"اُس (اللہ) نے انسان کو تخلیق کیا اور اُسے بولنے کا فن سکھایا۔"

اسی طرح سورہ البلد میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

اَلَمْ نَجْعَلْ لَهٗ عَيْنَيْنِo وَلِسَانًا وَّشَفَتَيْنِo (سورہ البلد: آیات 8,9)

"کیا ہم نے انسان کو دو آنکھیں اور ایک زبان اور دو ہونٹ نہیں دیے؟"

انسان اسی زبان اور دو ہونٹوں سے بولنے کا کام لیتا ہے۔ جانوروں میں سے کوئی جانور ایسا نہیں جو منہ سے نکلی دو آوازوں (Syllables) کو جوڑ کر کوئی حرف بنا سکے جبکہ انسان کو اللہ تعالیٰ نے ایسی صلاحیت عطا کی ہے کہ وہ بے شمار آوازوں کو جوڑ کر بے شمار حروف اور الفاظ بناتا ہے۔ جنوبی افریقہ کی مصنفہ ناڈین گورڈیمر (Nadine Goridimer) اپنی کتاب "The Essential Gesture" میں انسان کی اسی صفت کے متعلق لکھتی ہے:

"Intellectuals agree about one thing; man became man not by the tool but by the word. It is not walking upright and using a stick to dig for food or strike a blow that makes a human being, it is speech. And neither intelligent apes nor dolphins whispering in the ocean share with us the ability to transform this direct communication and commune between peoples and generations who will never meet." (Chapter: "The Unkillable Word") **(1)**

''ارباب عقل و دانش ایک بات پر متفق ہیں کہ انسان، انسان کے مقام پر اوزاروں کے استعمال سے نہیں بلکہ الفاظ کے استعمال کی وجہ سے پہنچا ہے۔ کھڑا ہو کر چلنا یا خوراک کے لیے زمین کھودنا یا چوٹ یا ضرب لگانا ایسی صفات نہیں جو انسان کو مقامِ انسانی دلاتی ہیں بلکہ یہ بولنے کی صلاحیت ہے جو اُسے یہ مرتبہ عطا کرتی ہے۔ نہ تو ذہین بن مانس اور نہ ہی سمندروں کی گہرائیوں میں سرگوشیاں کرنے والی ڈالفن مچھلیاں ہم انسانوں کی طرح آپس میں بات چیت کرنے کی صلاحیت رکھتی ہیں، ایسی گفتگو جو بعض اوقات آپس میں انسانوں اور نسلوں کے درمیان ہوتی ہے جن کی کبھی ملاقات نہیں ہوتی۔''

---

1) Goridimer, Nadina (1998) The Essential Gesture. New York, Penguin Books.

امریکہ کے ماہر لسانیات بیری سینڈرز (Barry Sanders) اپنی کتاب "A is for Ox" میں لکھتے ہیں کہ دنیا میں صرف انسان ہی ایسی مخلوق ہے جو الفاظ کے وسیع ذخیرے کے ساتھ گفتگو کرتا ہے۔ اقوامِ متحدہ (United Nations) کے حالیہ سروے کے مطابق اِس وقت دنیا میں تقریباً تین ہزار (3000) مختلف زبانیں بولی جاتی ہیں جن میں سے 78 زبانوں میں لٹریچر بھی موجود ہے۔ (1)

انسانی زبان کی اسی حیرت انگیز صلاحیت کی وجہ سے اُس میں انسان کو فائدہ پہنچانے کی صلاحیت بھی موجود ہے اور نقصان پہنچانے کی بے پناہ صلاحیت بھی۔ اگر زبان کو کنٹرول نہ کیا جائے تو یہ اپنے مالک کو بے اندازہ نقصان بھی پہنچا سکتی ہے اور اُس پر بہت سی مصیبتیں بھی ڈھا سکتی ہے۔ زبان کے متعلق عربی کا ایک محاورہ ہے:

لِسَانُکَ حِصَانُکَ اِنْ صُنْتَہٗ صَانَکَ وَاِنْ ھُنْتَہٗ ھَانَکَ

''تمہاری زبان تمہارا گھوڑا ہے۔ اگر تم اس کی دیکھ بھال کرو گے تو وہ بھی تمہاری دیکھ بھال کرے گی۔ اگر تم اس کی بے عزتی کرو گے تو وہ بھی تمہاری بے عزتی کریگی۔''

زبان کی آفات بہت سی ہیں جن میں سے چند بڑی آفات درج ذیل ہیں:

- غیبت
- چغلخوری
- فحش گفتگو
- منافقانہ گفتگو
- گانا بجانا

1) Sanders, Barry (1995) A is for Ox. New York, Random House.

- غصہ میں بولنا اور جھگڑنا
- جھوٹ
- دوسروں کا مذاق اُڑانا
- گفتگو میں شیخی مارنا

اِن تمام زبان کی آفتوں میں انسانی دل کو تباہ کرنے کی صلاحیت موجود ہے۔

بے فائدہ گفتگو (فَضُولُ الْکَلام)

زبان کی سب سے کم آفت بے فائدہ گفتگو یعنی فَضُولُ الْکَلام (Unnecessary Talk) ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ بے فائدہ گفتگو اوپر بیان کی گئی تمام برائیوں کے لیے دروازہ کھول دیتی ہے۔ احادیث نبوی میں زیادہ بولنے پر کثرت سے وعید آئی ہے۔ مثلاً حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

اِنَّ الرَّجُلَ لَیَتَکَلَّمُ بِالْکَلِمَةِ لَایَرَی بِھَا بَاْسًا یَھْوِی بِھَا سَبْعِیْنَ خَرِیفًا فِی النَّارِ (جامع ترمذی) (1)

''کچھ لوگ ایسے بھی ہیں جو ایسی بات کہتے ہیں جس میں اُن کے نزدیک کوئی حرج نہیں ہوتا حالانکہ اللہ تعالٰی اُس کی وجہ سے انہیں ستر سال کی مسافت تک دوزخ میں پھینک دیتا ہے۔''

ایک دوسری حدیث میں حضرت بلال بن حارث مزنی رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

''تم میں سے کوئی شخص جو کوئی ایسی بات کرتا ہے جس سے اللہ تعالٰی خوش ہوتا ہے اور وہ

---

1) امام ترمذی کے مطابق یہ حدیث اِس سند سے حسن غریب ہے۔

ایسے مرتبے پر پہنچتی ہے جس کا وہ گمان بھی نہیں کرسکتا، پس اللہ تعالیٰ اُس بات کے سبب سے اُس شخص کے لیے اُس دن تک رضامندی لکھ دیتا ہے جس دن وہ اللہ سے ملاقات کرے گا جبکہ کوئی ایسا بھی ہے جو اللہ تعالیٰ کی ناراضگی کی بات کرتا ہے اور اُس بات کا وبال کتنا زیادہ ہوگا وہ سوچ بھی نہیں سکتا لہٰذا اللہ تعالیٰ قیامت تک کے لیے اُس سے اپنی ناراضگی لکھ دیتا ہے۔''

(جامع ترمذی) (1)

زبان، انسان کو اتنا شدید نقصان پہنچا سکتی ہے کہ جسم کے تمام اعضاء اُس سے ڈرتے ہیں جیسا کہ حدیث نبویؐ میں آتا ہے:

اِذَا اَصْبَحَ ابْنُ آدَمَ فَاِنَّ الْاَعْضَاءَ کُلَّهَا تُکَفِّرُ اللِّسَانَ فَتَقُولُ اتَّقِ اللّٰهَ فِينَافَاِنَّمَا نَحْنُ بِکَ فَاِنْ اسْتَقَمْتَ اسْتَقَمْنَاوَاِنْ اعْوَجَجْتَ اعْوَجَجْنَا (جامع ترمذی) (2)

''جب صبح ہوتی ہے تو انسان کے تمام اعضاء اُس کی زبان سے التجا کرتے ہیں کہ اللہ سے ڈر ہم بھی تیرے ساتھ ہیں۔ اگر تو سیدھی ہوگی تو ہم سب سیدھے ہوں گے اور اگر تو ٹیڑھی ہوگئی تو ہم سب بھی ٹیڑھے ہو جائیں گے۔''

بعض دفعہ لوگ گفتگو کے بہاؤ میں لوگوں کو ہنسانے کے لیے اور محفل کا بندہ (center of attention) بننے کے لیے جھوٹی بات کہہ دیتے ہیں حالانکہ جھوٹ بہر حال جھوٹ ہی ہے۔ حدیث میں آتا ہے:

وَيْلٌ لِلَّذِی يُحَدِّثُ بِالْحَدِيثِ لِيُضْحِکَ بِهِ الْقَوْمَ فَيَکْذِبُ وَيْلٌ لَهُ وَيْلٌ لَهُ (جامع ترمذی)

---

1) امام ترمذی کے مطابق یہ حدیث اس سند سے حسن صحیح ہے۔

2) یہ روایت حضرت ابوسعید خدریؓ سے امام ترمذی نے مرفوعاً نقل کی ہے۔

''ہلاکت ہے اُس شخص کے لیے جو لوگوں کو ہنسانے کے لئے جھوٹی بات کرے،
ہلاکت ہے اُس کے لئے، ہلاکت ہے اُس کے لئے۔'' (1)

یہی وجہ ہے کہ ہم دیکھتے ہیں کہ ٹی وی، فلموں اور اسٹیج شوز پر مسلمان مزاحیہ فنکاروں اور مسخروں (comedians) کی زندگیاں بہت دردناک اور اُن کی زندگی کے آخری ایام نہایت افسوس ناک ہوتے ہیں۔ اپنی زندگی کے آخری ایام میں وہ گوشہ گمنامی میں جان دے دیتے ہیں۔ بعض تو خودکشی ہی کر لیتے ہیں۔ ایسے لوگ اپنی جوانی میں عوام کو جھوٹے مذاق سنا سنا کر ہنساتے اور خدا کی یاد سے غافل کرتے ہیں اور اپنے بڑھاپے میں خود اپنے آپ سے غافل ہو جاتے ہیں۔ جب ایسے کامیڈین اور فنکار خدا کی یاد سے غفلت برتتے ہیں تو خدا اُنھیں اپنے آپ سے غافل کر دیتا ہے کیونکہ خدا فراموشی کا نتیجہ خود فراموشی ہوتا ہے جیسا کہ قرآن میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللّٰهَ فَاَنْسٰهُمْ اَنْفُسَهُمْ اُولٰٓئِكَ الْفَاسِقُوْنَ ﴿

(سورہ الحشر: آیت ۱۹)

''اُن لوگوں کی طرح نہ ہو جاؤ جنھوں نے اللہ کو بھلا دیا تو اللہ نے انھیں اپنے آپ سے غافل کر دیا۔ یہی لوگ فاسق ہیں۔''

زبان کی سب سے کم ترین برائی یہ ہے کہ انسان اُن معاملات کے متعلق گفتگو کرے جن کا اُس سے کوئی سروکار نہ ہو۔ غیر متعلق معاملات پر گفتگو کرنے سے انسان کے لئے گناہ کی گفتگو میں پھنسنے کے امکانات (probability) بڑھ جاتے ہیں جیسا کہ درج ذیل حدیث میں وضاحت کی گئی ہے:

مِنْ حُسْنِ اِسْلَامِ الْمَرْئِ تَرْكُهُ مَالَا يَعْنِيهِ (جامع ترمذی)

---

1) امام ترمذی نے اِس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔

"کسی شخص کے بہترین مسلمان ہونے کا تقاضا ہے کہ ایسی سب باتوں کو چھوڑ دے جن سے اُسے کوئی سروکار (concern) نہ ہو۔" (1)

افسوس کہ آج سیل فون اور انٹرنیٹ پر Skype وغیرہ کی ایجاد کے بعد بات کرنا بہت سستا ہو گیا ہے۔ سیل فونز پر نہایت سستے پلان (Unlimited Calling Plans) نکل آئے ہیں۔ چنانچہ لوگ گھر بیٹھے کئی کئی گھنٹے فون پر فضول اور بے فائدہ گفتگو کرتے ہیں۔ بدقسمتی سے خواتین اپنی اعلیٰ قوتِ گویائی کی صلاحیت Superior verbal abilities کی وجہ سے اس بیماری کا زیادہ شکار ہوتی ہیں۔ مرد حضرات بھی جاب پر (بالخصوص اگر وہ گورنمنٹ کے محکمہ میں جاب کر رہے ہیں) یا دکانوں پر بیٹھ کر بے فائدہ گفتگو کرتے ہیں۔ عام طور پر مرد حضرات ملکی سیاست پر گفتگو کر کے اپنا وقت ضائع کرتے ہیں اور خواتین خاندانی سیاست پر گفتگو کر کے نہ صرف وقت ضائع کرتی ہیں بلکہ غیبت کا شکار بھی ہو جاتی ہیں۔ لوگ یہ بھول جاتے ہیں کہ ہماری زبان سے نکلا ہوا ایک ایک لفظ فرشتے ریکارڈ کر رہے ہوتے ہیں۔ قرآن میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ ○ إِذْ يَتَلَقَّى الْمُتَلَقِّيَانِ عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ قَعِيدٌ ○ مَا يَلْفِظُ مِن قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ○

(سورۃ ق: آیات 16-18)

---

1) امام ترمذی کے مطابق یہ حدیث غریب ہے۔ البتہ شیخ ناصر الدین البانی نے اپنی کتاب "صحیح الترغیب و الترهیب" (حدیث نمبر 2881) میں اس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے اور علامہ ابو اسحٰق الحوینی حفظہ اللہ نے بھی "الاربعون الصغر لامام الحافظ البیهقی" کی تحقیق میں اس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔

''ہم اُس کی رگِ گردن (Carotid Artery) سے بھی زیادہ اُس سے قریب ہیں۔
دو کاتب اُس کے دائیں اور بائیں بیٹھے ہر چیز ثبت کر رہے ہیں۔ کوئی لفظ اس کی زبان سے نہیں نکلتا جسے محفوظ کرنے کے لیے ایک حاضر باش نگران موجود نہ ہو۔''

دلچسپ بات یہ ہے کہ ہمارے دماغ کو خون پہنچانے کی ذمہ دار رگِ گردن (Carotid Artery) ہوتی ہے۔ اُسی کی بدولت ہمارے دماغ میں شعور (Conscience) ہوتا ہے۔ اگر اُس رگِ گردن کو ایک لمحے کے لیے دبایا جائے تو دماغ فوراً اپنا شعور کھو دیتا ہے۔ اِس آیت سے پتہ چلتا ہے کہ اللہ تعالیٰ ہمارے دماغ کے شعور سے بھی زیادہ ہمارے قریب ہے۔ مزید برآں، زبان کو خون پہنچانے کی ذمہ دار بھی یہی رگِ گردن (Carotid Artery) ہوتی ہے اور ہماری زبان سے نکلا ہوا ایک ایک لفظ فرشتے ریکارڈ کر رہے ہیں۔ آج ہم بازار سے ویڈیو کیمرہ (Camcorder) خرید کر یا "iPhone" سے اپنی گفتگو اور زندگی کے خوبصورت لمحات کی ویڈیو بناتے ہیں۔ حالانکہ یہ ویڈیو کیمرے خراب ہو سکتے ہیں یا اِن کی بیٹری ختم ہو سکتی ہے یا لوڈ شیڈنگ (جو پاکستان میں معمول ہے) کی وجہ سے اُن میں خرابی ہو سکتی ہے لیکن ہمارے کاندھوں کے فرشتے (کراماً کاتبین) ہمارے تمام اقوال اور افعال اپنے غیبی کیمروں Hidden Camcorders کے ذریعے محفوظ (recording) کرتے جا رہے ہیں بلکہ فرشتوں کے کیمرے تو زبان سے ادا ہوئے لفظوں کے علاوہ دل میں پوشیدہ نیت hidden intentions کو بھی ریکارڈ کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں جو دنیا کا کوئی ویڈیو کیمرہ نہیں کر سکتا۔ یہی وجہ ہے کہ رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا تھا:

مَنْ يَتَكَفَّلْ لِي مَا بَيْنَ لَحْيَيْهِ وَمَا بَيْنَ رِجْلَيْهِ اتَكَفَّلْ لَهُ بِالْجَنَّةِ

(جامع ترمذی)

''جو شخص مجھے زبان اور شرم گاہ کی ضمانت دیتا ہے میں اسے جنت کی ضمانت دیتا ہوں۔'' (1)

رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم بہت کم گفتگو کرتے تھے۔ آپؐ نے فرمایا ہے کہ کثرتِ کلام (excessive talking) سے انسان کا دل سخت ہو جاتا ہے:

لَاتُكْثِرُوا الْكَلَامَ بِغَيْرِ ذِكْرِ اللّٰهِ فَاِنَّ كَثْرَةَ الْكَلَامِ بِغَيْرِ ذِكْرِ اللّٰهِ قَسْوَةٌ لِلْقَلْبِ وَاِنَّ اَبْعَدَ النَّاسِ مِنَ اللّٰهِ الْقَلْبُ الْقَاسِي

(جامع ترمذی) (2)

''ذکرِ الٰہی کے علاوہ کثرتِ کلام سے پرہیز کرو کیونکہ اِس سے دل سخت ہو جاتا ہے اور سخت دل والا اللہ تعالیٰ سے بہت دور رہتا ہے۔''

زیادہ گفتگو کرنے کے میڈیکل نقصانات

حقیقت یہ ہے کہ زیادہ گفتگو نہ صرف روحانی دل کے لیے نقصان دہ ہے بلکہ جسمانی دل کے لیے بھی خطرناک ہے۔ امریکی محقق اور میڈیکل ڈاکٹر جیمس لینچ (James. J. Lynch, M.D.) اپنی کتاب The Language of the Heart, The Body's Response to Human Dialogue" میں لکھتے ہیں کہ 20 سال کی طویل ریسرچ کے بعد اُنھوں نے یہ بات دریافت کی کہ جب ہم گفتگو کرتے ہیں تو اُس کا اثر ہمارے پورے جسمانی نظام پر ہوتا ہے بالخصوص ہمارے دل پر اور ہمارا بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے۔ اس کے برخلاف، جب ہم خاموش ہو کر سنتے ہیں تو ہمارا بلڈ پریشر کم ہو جاتا ہے۔ اِس ریسرچ سے پہلے

---

1) امام ترمذی نے اِس حدیث کو حسن صحیح کا درجہ دیا ہے۔

2) امام ترمذی نے حضرت ابن عمر رضی اللہ عنہ سے روایت کردہ اِس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔

ہوتا یہ تھا کہ ڈاکٹر حضرات جب لوگوں کا بلڈ پریشر چیک کر رہے ہوتے تھے تو عام طور پر لوگ خاموش ہوتے تھے اس لیے یہ دریافت نہیں ہوسکتا تھا کہ بولنے کی صورت میں بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے۔ ڈاکٹر جیمز اور ان کے معاون سائنسدانوں نے پہلی بار مختلف قسم کے لوگوں پر (جن میں صحتمند اور بلڈ پریشر کے مریض دونوں قسم کے لوگ شامل تھے) تجربات کیے اور انھوں نے اپنی تحقیقات کا یہ خلاصہ پیش کیا:

"The results were the same. Blood pressure and heart rate rose rapidly whenever people talked. We asked students to read aloud from a bland text. Their blood pressure and heart rate rose rapidly every time.....For people like Ed who were hypertensive, the rise caused by talking was much greater than for healthy people - often well into the danger zone." **(1)**

''تمام نتائج وہی تھے۔ جب بھی لوگ گفتگو کرتے تو اُن کا بلڈ پریشر اور ان کی حرکتِ قلب تیزی سے بڑھتے۔ ہم نے طلباء کو ایک بےضرر سی تحریر اونچی آواز میں پڑھنے کو کہا۔ ہر مرتبہ اُن کا بلڈ پریشر اور حرکتِ قلب بڑھ گئے۔۔۔۔ ایڈورڈ (Edward) جیسے لوگ جنھیں پہلے ہی بلڈ پریشر کی بیماری لاحق ہے، اُن کے لئے گفتگو کرنے کی وجہ سے بلڈ پریشر میں یہ زیادتی عام صحتمند لوگوں کے مقابلے میں کئی گنا زیادہ تھی، اکثر اوقات خطرناک حد تک۔''

حال ہی میں ایک مغربی تحقیق میں یہ دریافت کیا گیا ہے کہ جب ہم گفتگو کرتے ہیں تو ہماری سانس لینے کی رفتار (Breathing Rate) خاموشی کی حالت کے مقابلے میں دگنی ہوجاتی ہے۔ امریکہ کی یونیورسٹی آف ایریزونا (University of Arizona,

1) Lynch, James J. (1985) "The Language of the Heart, The Body's Response to Human Dialogue" New York, Basic Books.

(Tucson) کے محقق سائنسدان ہوئٹ (J.D.Hoit) اور لوہمئر (H.L.Lohmeier) کی یہ تحقیق Journal of Speech, Language and Hearing Research کے اکتوبر 2000ء کے شمارے میں شائع ہوئی۔ انھوں نے دریافت کیا کہ صحتمند جوان امریکی رضاکاروں میں 10 منٹ کی پبلک گفتگو یا تقریر کے بعد دماغ کی آکسیجن کی مقدار پہلے کے مقابلے میں آدھی رہ گئی۔ مزید برآں، اُن کے دماغوں میں دس منٹ کے مسلسل بولنے کی وجہ سے کاربن ڈائی آکسائڈ (CO_2) کی مقدار بڑھ گئی۔ Hoit اور Loehmeier کے مطابق طویل گفتگو کے بعد دماغ میں آکسیجن کم اور کاربن ڈائی آکسائڈ (CO_2) زیادہ ہو جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ لمبی گفتگو اور محفل میں بہت دیر لگاتار باتیں کرنے کے بعد لوگ عام طور پر غنودگی (dizziness)، سر کا ہلکا پن (light-headedness)، توجہ کی کمی اور جذباتی خلاء (emotional instability) محسوس کرتے ہیں۔ **(1)**

زیادہ گفتگو سے بچنے کا طریقہ یہ ہے کہ انسان یہ بات ذہن میں رکھے کہ اُس کا ایک ایک لفظ فرشتے ویڈیو کیمروں (Angelic Camcorders) میں ریکارڈ کر رہے ہیں۔ بات کو کم سے کم الفاظ میں ادا کرنے کی کوشش کرے۔ ہر بات جو دل میں آئے اُسے بول نہیں دینا چاہیے بلکہ پہلے تو لو پھر بولو۔ لوگوں کی گفتگو کو کاٹیں نہیں۔ اچھا بولنے والا بننے کی بجائے اچھا سننے والا بنیں کیونکہ لوگ اُس شخص کو پسند کرتے ہیں جو اُن کی بات سنتا ہے۔ البتہ اللہ اور اسکے رسولؐ کے حکم کے خلاف کوئی بات یا کوئی کام ہو رہا ہو تو زبان بند نہیں رکھنا چاہیے بلکہ اگر ممکن ہو تو نیکی کا حکم اور برائی سے روکنے کا فریضہ انجام دے دینا چاہیے کیونکہ یہ زبان سے جہاد ہے۔ قصہ مختصر یہ کہ درج ذیل حدیث پر ہمیشہ عمل کریں:

---

1) Hoit, J.D. & Lohmeier, H.L. (Oct. 2000) "Influence of continuous speaking on ventilation" Jour. Speech Lang Hear Research Oct: 43 (5) : 1240-1251

كَلامِ ابْنِ آدَمَ عَلَيْهِ لا لَهُ اِلَّا أَمْرٌ بِمَعْرُوْفٍ اَوْنَهْيٌ عَنْ مُنْكَرٍ أَوْ ذِكْرُ اللّٰهِ . (جامع ترمذی) (1)

"انسان کو اپنی گفتگو سے کوئی فائدہ نہیں جب تک کہ وہ نیکی کا حکم، برائی سے مخالفت اور اللہ کے ذکر پر مشتمل نہ ہو۔"

غیبت

غیبت زبان سے سرزد ہونے والا ایسا گناہ ہے جو دنیا کی ہر انسانی سوسائٹی میں پایا جاتا ہے۔غیبت کے متعلق قرآن اور احادیث نبوی میں سختی سے منع کیا گیا ہے۔ قرآن میں سورۃ الحجرات میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

وَلَا يَغْتَبْ بَّعْضُكُمْ بَعْضًا اَيُحِبُّ اَحَدُ كُمْ اَنْ يَّاْ كُلَ لَحْمَ اَخِيْهِ مَيْتًا فَكَرِ هْتُمُوْهُ. وَاتَّقُوْااللّٰهَ اِنَّ اللّٰهَ تَوَّابٌ رَّحِيْمٌ o

(سورہ الحجرات : آیت 12)

"اور تم میں سے کوئی کسی کی غیبت نہ کرے۔کیا تمہارے اندر کوئی ایسا ہے جو اپنے مرے ہوئے بھائی کا گوشت کھانا پسند کرے گا؟ دیکھو تم خود اِس سے گھِن کھاتے ہو۔اللہ سے ڈرو،اللہ بڑا توبہ قبول کرنے والا اور رحیم ہے۔"

---

1) ام المومنین حضرت ام حبیبہ رضی اللہ عنہا سے روایت کردہ اس حدیث کو امام ترمذی نے حسن غریب کا درجہ دیا ہے کیونکہ اِس حدیث کے راویوں میں محمد بن یزید بن خنیس کے حافظے میں کچھ کمزوری تھی اور اُم صالح مجھولة راویة ہیں یعنی اُن خاتون کے حالاتِ زندگی محفوظ نہیں۔ علاوہ ازیں،امام بخاری نے التاریخ الکبیر (1/ 1/ 261 ,262) میں اِس حدیث کی طرف بطور مرسل حدیث کے اشارہ کیا ہے۔البتہ امام الحاکم (2 / 512 ,513) اور امام البیھقی نے اِس حدیث کے بارے میں سکوت اختیار کیا ہے اور یہ بات اِس حدیث کی صحت کو تقویت دیتی ہے۔

اس آیت میں اللہ تعالی نے غیبت کو مرے ہوئے بھائی کا گوشت کھانے سے تشبیہ دے کر اس فعل کے انتہائی گھناؤنا (horrific) ہونے کا تصور دلایا ہے۔ مردار کا گوشت کھانا بجائے خود نفرت کے قابل ہے۔ پھر وہ گوشت بھی کسی جانور کا نہیں بلکہ انسان کا ہو، اور انسان بھی کوئی اور نہیں خود اپنا بھائی ہو۔ پھر اس تشبیہ کو سوالیہ انداز میں پیش کیا تا کہ ہر شخص اپنے ضمیر سے پوچھ کر خود فیصلہ کرے کہ آیا وہ اپنے مرے ہوئے بھائی کا گوشت کھانے کے لیے تیار ہے؟ اگر نہیں ہے اور اس کی فطرت اس چیز سے گھن کھاتی ہے تو آخر وہ کیسے یہ بات پسند کرتا ہے کہ اپنے ایک مومن بھائی کی غیر موجودگی میں اُس کی عزت پر حملہ کرے جہاں وہ اپنی مدفعت نہیں کر سکتا اور جہاں اُس کو یہ خبر تک نہیں ہے کہ اُس کی بے عزتی کی جا رہی ہے؟

حدیث میں غیبت کی تعریف یہ بیان ہوئی ہے کہ آدمی کسی شخص کے پیٹھ پیچھے اُس کے متعلق ایسی بات کہے جو اگر اُسے معلوم ہو جائے تو اُس کو نا گوار گزرے۔ حضرت ابو ہریرہؓ کی روایت جسے مسلم، ابوداؤد، نسائی اور دوسرے محدثین نے نقل کیا ہے، اُس میں حضورؐ نے غیبت کی یہ تعریف (definition) بیان فرمائی ہے:

ذِكْرُكَ اَخَاكَ بِمَا يَكْرَهُ. قِيْلَ اَفَرَأَيْتَ اِنْ كَانَ فِيْ اَخِيْ مَا اَقُوْلُ ؟ قَالَ اِنْ كَانَ فِيْهِ مَا تَقُوْلُ فَقَدْ اغْتَبْتَهُ وَاِنْ لَّمْ يَكُنْ فِيْهِ مَا تَقُوْلُ فَقَدْ بَهَتَّهُ۔ (صحیح مسلم، ابوداؤد، نسائی، وغیرہ)

"غیبت یہ ہے کہ تو اپنے بھائی کا ذکر اس طرح کرے جو اُسے نا گوار ہو۔ عرض کیا گیا کہ اگر میرے بھائی میں وہ بات پائی جاتی ہو جو میں کہہ رہا ہوں تو اُس صورت میں آپ کا کیا خیال ہے؟ فرمایا اگر اُس میں وہ بات پائی جاتی ہو تو تُو نے اُس کی غیبت کی، اور اگر اُس میں وہ موجود نہ ہو تو تُو نے اُس پر بہتان لگایا۔"

ایک دوسری روایت جو امام مالک نے موطا میں حضرت مطلب بن عبداللہ سے روایت

کی ہے اُس کے الفاظ یہ ہیں:

اِنَّ رَجُلًا سَئَلَ رَسُوْلَ اللّٰہِ صَلَّی اللّٰہُ عَلَیْہِ وَسَلَّمَ مَا الْغِیْبَۃُ؟ فَقَالَ اَنْ تَذْکُرَ مِنَ الْمَرْءِ مَایُکْرِہُ اَنْ یَّسْمَعَ . قَالَ یَا رَسُوْلَ اللّٰہِ وَاِنْ کَانَ حَقًّا ؟ قَالَ اِذَاقُلْتَ بَاطِلاً فَذٰلِکَ الْبُھْتَانُ . (موطا امام مالک)

"ایک شخص نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے پوچھا غیبت کیا ہے؟ آپ نے فرمایا "یہ کہ تو کسی شخص کا ذکر اِس طرح کرے کہ وہ سنے تو اُسے ناگوار ہو۔" اُس نے عرض کیا یا رسول اللہ اگر چہ میری بات حق (سچ) ہو؟ آپ نے جواب دیا اگر تیری بات باطل ہو تو یہی چیز پھر بہتان ہے۔"

غیبت کی کن حالات میں اسلام اجازت دیتا ہے؟

سیرتِ رسول صلی اللہ علیہ وسلم کے مطالعے سے خود نبی صلی اللہ علیہ وسلم ہی کے طرزِ عمل میں ہم کو چند مثالیں ایسی ملتی ہے جن سے معلوم ہو جاتا ہے کہ کس قسم کے حالات میں غیبت بقدرِ ضرورت جائز ہو سکتی ہے۔

ایک خاتون فاطمہ بنت قیس کو دو صاحبوں نے نکاح کا پیغام دیا۔ ایک حضرت معاویہ دوسرے حضرت ابوالجہم۔ انہوں نے آخر حضور صلی اللہ علیہ وسلم سے مشورہ طلب کیا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: "معاویہ مفلس ہیں اور ابوالجہم بیویوں کو بہت مارتے پیٹتے ہیں" (بخاری و مسلم)۔ یہاں ایک خاتون کے لیے مستقبل کی زندگی کا مسئلہ درپیش تھا اور حضور سے انہوں نے مشورہ طلب کیا تھا۔ اِس حالت میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ضروری سمجھا کہ دونوں صحابوں کی جو کمزوریاں آپ کے علم میں ہیں وہ اُن خاتون کو بتا دیں۔

ایک روز حضور صلی اللہ علیہ وسلم حضرت عائشہ کے ہاں تشریف فرما تھے۔ ایک شخص نے آ کر ملاقات کی اجازت طلب کی۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ یہ اپنے قبیلے کا بہت بُرا آدمی ہے۔ پھر آپؐ باہر تشریف لے گئے اور اُس سے بڑی نرمی کے ساتھ بات کی۔ گھر میں واپس تشریف لائے تو حضرت عائشہ نے عرض کیا آپؐ نے تو اُس سے بڑی اچھی طرح گفتگو فرمائی حالانکہ باہر جاتے وقت آپؐ نے اُس کے متعلق وہ کچھ فرمایا تھا۔ جواب میں آپؐ نے فرمایا:

اِنَّ شَرَّ النَّاسِ مَنْزِلَةً عِنْدَ اللّٰهِ يَوْمَ الْقِيٰمَةِ مَنْ وَّدَعَهُ (اَوْتَرَكَهُ) النَّاسُ اتِّقَاءَ فُحْشِهٖ" خدا کے نزدیک قیامت کے روز بدترین مقام اس شخص کا ہوگا جس کی بدزبانی سے ڈر کر لوگ اس سے ملنا جلنا چھوڑ دیں" (بخاری و مسلم) اِس واقعہ سے پتہ چلتا ہے کہ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے اُس شخص کے متعلق بُری رائے رکھنے کے باوجود اُس کے ساتھ اچھی طرح بات چیت تو اِس لیے کی کہ آپ کا اخلاق اسی کا تقاضا کرتا تھا لیکن آپ کو یہ اندیشہ ہوا کہ آپ کے گھر والے آپ کو اُس سے مہربانی برتتے دیکھ کر کہیں اسے آپ کا دوست نہ سمجھ لیں اور بعد میں کسی وقت وہ اِس کا ناجائز فائدہ نہ اٹھالے۔ اس لیے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت عائشہؓ کو خبردار کر دیا کہ وہ اپنے قبیلے کا بہت بُرا آدمی ہے۔

سنتِ رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی نظیروں سے استفادہ کر کے فقہاء و محدثین نے یہ قاعدہ اخذ کیا ہے کہ "غیبت صرف اُس صورت میں جائز ہے جبکہ ایک صحیح (یعنی شرعاً صحیح) غرض کے لیے اُس کی ضرورت ہو اور وہ ضرورت اُس کے بغیر پوری نہ ہو سکتی ہو"۔ پھر اسی قاعدے کی بنیاد پر علماء نے غیبت کی حسبِ ذیل صورتیں جائز قرار دی ہیں:

(1) ظالم کے خلاف مظلوم کی شکایت ہر اُس شخص کے سامنے جس سے وہ یہ توقع رکھتا ہو کہ وہ ظلم کو دفع کرنے کے لیے کچھ کر سکتا ہے۔ اس عمل کو شرعی اصطلاح میں تَاَلُّمْ (یعنی اپنا دکھڑا بیان کرنا) کہتے ہیں۔ تَاَلُّمْ کی صورت میں غیبت کی اجازت ہے۔

(2) اصلاح کی نیت سے کسی شخص یا گروہ کی برائیوں کا ذکر ایسے لوگوں کے سامنے جن سے یہ امید ہو کہ وہ ان برائیوں کو دور کرنے کے لیے کچھ کر سکیں گے۔ یہ چیز اِصْـــــلاح کے زمرے میں آتی ہے۔

(3) استفتاء کی غرض سے کسی مفتی کے سامنے صورت واقعہ بیان کرنا جس میں کسی شخص کے کسی غلط فعل کا ذکر آجائے۔ اِس کام کو شریعت میں اِسْتِعِیْن (مدد مانگنا) کہتے ہیں۔

(4) لوگوں کو کسی شخص یا اشخاص کے شر سے خبردار کرنا تا کہ وہ اس کے نقصان سے بچ سکیں۔ مثلاً راویوں، گواہوں اور مصنفین کی کمزوریاں بیان کرنا بالاتفاق جائز ہی نہیں واجب ہے کیونکہ اس کے بغیر شریعت کو غلط روایتوں کی اشاعت سے، عدالتوں کو بے انصافی سے، اور عوام یا طالبان علم کی گمراہیوں سے بچانا ممکن نہیں ہے۔ یا مثلاً کوئی شخص کسی سے شادی بیاہ کا رشتہ کرنا چاہتا ہو، یا کسی کے پڑوس میں مکان لینا چاہتا ہو، یا کسی کو بزنس پارٹنر بنانا چاہتا ہو، یا کسی کو اپنی امانت سونپنا چاہتا ہو اور آپ سے مشورہ لے تو آپ کے لیے واجب ہے کہ اُس کے عیب اور خوبیاں اُسے بتادیں تا کہ ناواقفیت میں وہ دھوکا نہ کھائے۔ شریعت میں اِس عمل کو حَذَر (متنبہ کرنا) کہتے ہیں۔

(5) ایسے لوگوں کے خلاف علی الاعلان آواز بلند کرنا اور اُن کی برائیوں پر تنقید کرنا جو فسق وفجور پھیلا رہے ہوں۔ یا بدعات اور گمراہیوں کی اشاعت کر رہے ہوں، یا خلقِ خدا کو بے دینی اور ظلم و جور کے فتنوں میں مبتلا کر رہے ہوں۔ اِس چیز کو اَمَرْ بِالمَعْرُوْف وَنَہِی عَنِ الْمُنْکَر کہتے ہیں۔ (1)

---

1) تفصیل کے لیے ملاحظہ ہو فتح الباری (جلد 10)، ریاض الصالحین باب مایُبَاح مِن الغیبۃ، احکام القرآن للجصاص تفسیر آیہ وَلَا یَغْتَبْ بَعْضُکُمْ بَعْضًا

بہت سے لوگ غیبت کسی پر غصہ آنے کی وجہ سے یا حسد کی وجہ سے کرتے ہیں۔ بعض لوگ جب بور (bore) ہو رہے ہوتے ہیں اور کسی سے بات جاری رکھنی ہوتی ہے تو کسی شخص کی برائی شروع کر دیتے ہیں۔ غیبت کی مختلف قسمیں بھی ہیں۔ متحرک غیبت **(Active Backbiting)** سب سے عام قسم ہے جس میں کوئی شخص کسی کی غیر موجودگی میں آپ سے کسی کی غیبت کرتا ہے۔

دوسری قسم غیر متحرک غیبت **(Passive Backbiting)** کی ہے اور یہ بھی گناہ ہی ہے۔ اِس کا مطلب ہے کہ لوگ آپس میں کسی کی غیبت کر رہے ہیں اور ہم خاموشی سے وہ غیبت سن رہے ہیں حالانکہ اگر ہمارے لیے ممکن ہو تو ہمیں چاہیے کہ ہم اُنھیں غیبت سے منع کریں وگرنہ اُس جگہ سے کچھ دیر کے لیے دوسری جگہ یا دوسرے کمرے میں چلے جائیں یا کسی طرح گفتگو کا موضوع بدل دیں۔ یہ عام طور پر سب سے آسان حل ہوتا ہے لیکن یہ خیال رہے کہ نیا موضوع جو شروع کیا جائے وہ بھی کسی کی غیبت نہ ہو ورنہ گفتگو کا موضوع بدلنے کا کچھ فائدہ نہ ہوگا۔

اسی طرح ایک تنہا غیبت **(Single backbiting)** ہوتی ہے۔ یعنی ہم نے زید کی غیر موجودگی میں کہا کہ زید بہت سست ہے یا کھانا بہت کھاتا ہے یا اُس کی فلاں گندی عادت ہے۔

اِس کے مقابلے میں دوہری غیبت **(Double backbiting)** اِس سے زیادہ بری ہے کیونکہ اُس میں ہم نے غیبت کرنی تو ایک بندے کی ہوتی ہے لیکن تشبیہ (Comparison) کی خاطر ہم ایک مزید بندے کو بھی بیچ میں گھسیٹ لاتے ہیں مثلاً زید تو بکر سے بھی زیادہ سست ہے یا بکر تو اپنے آگے کی پوری پلیٹ چٹ کر جاتا تھا لیکن زید تو اس سے بھی زیادہ پیٹو نکلا۔ اِس طرح ہم ایک کی بجائے دو بندوں کی غیبت کے مرتکب ہو گئے۔

غیبت کی بیماری کا علاج کیا ہے؟ غیبت کا بہترین علاج یہ ہے کہ لوگوں سے آپ کم ملیں

اور اُن سے کم سے کم گفتگو کریں۔حدیث میں آتا ہے:

عَنْ عُقْبَةَ بْنِ عَامِرٍ قَالَ قُلْتُ یَارَسُوْلَ اللّٰهِ مَا النَّجَاةُ قَالَ أَمْسِکْ عَلَیْکَ لِسَانَکَ وَلْیَسَعْکَ بَیْتُکَ وَابْکِ عَلٰی خَطِیْئَتِکَ

(جامع ترمذی) (1)

''حضرت عقبہ بن عامر سے روایت ہے کہ میں نے عرض کیا یا رسول اللہؐ نجات کیا ہے؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: اپنی زبان قابو میں رکھو، اپنے گھر میں رہو اور اپنی غلطیوں پر رویا کرو۔''

اسی طرح شیخ فتح موصلیؒ نے فرمایا تھا: ''میں نے تیس (30) اولیاء اللہ کی صحبت اٹھائی سب نے یہی کہا: لوگوں کی صحبت سے بچو، کم کھاؤ اور کم بولو۔''

حضرت عمر بن خطاب نے غیبت سے بچنے کے لیے ایک سنہرا اصول (Golden Rule of Thumb) بتادیا ہے جو ہمیں یاد رکھنا چاہیے:

''انسانوں کا ذکر کرنے سے بچو کہ اُس میں بیماری ہے۔ اللہ کا ذکر کرو کیونکہ اُس میں شفاء ہے۔'' (احیاء علوم الدین)

غیبت قرآن کے الفاظ میں مردہ بھائی کا گوشت کھانے کے برابر ہے۔ اس سلسلے میں امام شافعیؒ کا ایک شعر بہت معنی خیز ہے:

وَلَیْسَ الذِّئْبُ یَاْکُلُ لَحْمَ ذِئْبٍ
وَیَاْکُلُ بَعْضُنَا بَعْضًا عَیَانًا

---

1) امام ترمذی نے اِس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔

(دیوان الشافعی)

"بھیڑیا بھی بھیڑے کا گوشت نہیں کھاتا۔
اور ہم میں سے لوگ ایک دوسرے کو واضح طور پر کھاتے ہیں۔"

غصہ دلا کر غیبت کروانا

بعض اوقات انسان کسی دوسرے کی غیبت سے حتی الامکان بچنے کی کوشش کر رہا ہوتا ہے لیکن شیطان بھی کہاں ہار ماننے والا ہے۔ اُسے پتہ ہے کہ کبھی کوئی شخص عام حالات میں غیبت سے بچتا ہے لیکن غصہ کی حالت میں اُس کے لیے ایسا کرنا ممکن نہیں رہتا۔ اس لیے شیطان، انسانی شکل میں کسی بندے کو بھیجتا ہے جو اُس شخص کو پہلے کوئی بات بتا کر کسی کے متعلق غصہ چڑھواتا ہے پھر غصے میں اُس شخص کے لیے اپنے مخالف کی غیبت کرنا آسان ہو جاتی ہے۔

اسی طرح بعض مسلمانوں کو جب غیبت سے منع کریں تو وہ جواب دیتے ہیں: "یہ تو صرف باتیں ہیں، اب کیا ہم باتیں بھی نہ کریں؟" انھیں سمجھانا چاہیے کہ جو لوگ دنیا میں کسی کی غیبت کرتے ہیں اور سمجھتے ہیں کہ وہ تو صرف باتیں کر رہے ہیں، جہنم میں فرشتے بھی اُن سے صرف باتیں ہی کریں گے، تو کیا آپ صرف باتیں کرنے کے لیے جہنم کی آگ میں جانے کو تیار ہیں؟ اگر آج سیل فون اور unlimited calling کی سہولت موجود ہے تو اس کا یہ مطلب تو نہیں کہ ہم ضرور سیل فون کے پلان سے فائدہ اٹھائیں اور وقت گزاری کے لیے دوسروں کی خامیاں آپس میں بیان کریں۔

روزے کی حالت میں انسانی گوشت کی لذت

روزے کی حالت میں ہمارے لیے عام حالات سے بھی زیادہ ضروری ہے کہ ہم غیبت سے بچیں کیونکہ مولانا امین احسن اصلاحی کے بقول روزے کی حالت میں انسان کا گوشت چکھ

زیادہ ہی لذیذ محسوس ہوتا ہے اور دیکھنے میں آیا ہے کہ روزے کی حالت میں آدمی کو اگر یہ لذیذ مشغلہ مل جائے تو وہ غیبت، جھوٹ اور تمسخر کی گفتگو کا انبار لگا دیتا ہے اور اِس بات سے بالکل غافل ہو جاتا ہے کہ ایسے اعمال روزے کو غارت کر کے رکھ دیتے ہیں۔

وعدہ معاف گواہوں سے بچیں

آپ یاد رکھیں کہ اگر ایک شخص یا عورت آپ کے پاس کسی کی غیبت کر رہی ہے تو وہ شخص یا عورت جس کی غیبت آپ سے کر رہا تھا جب اُس کے پاس جائے گا تو لازمی طور پر وہ اپنا کھانا ہضم کرنے کے لیے اُس شخص یا عورت سے آپ کی غیبت کریگی/کریگا۔ ایسے چغل خور یا غیبت خور مرد اور عورتوں کا طریقہ ہی یہ ہوتا ہے کہ پہلے آپ کے سامنے کسی کی غیبت شروع کریں گے جب آپ کے منہ سے اُس غیبت کی جانے والے شخص کے خلاف کوئی نئی بات نکلے گی تو یہ غیبت خور مرد یا عورت دوسرے شخص کے پاس جا کر وعدہ معاف گواہ بن کر پہلے اُس کو آپ کی اسکے خلاف کی گئی بات بتائے گا پھر اُس سے آپ کے خلاف غیبت شروع کریگا یا کریگی۔ یاد رکھیں کہ راز صرف اُس وقت تک راز رہتا ہے جب تک وہ آپ کے سینے میں ہے۔ جونہی آپ نے کسی کو کہا ''یہ بات اپنے تک رکھنا.....'' اور اُسے راز بتایا تو پھر وہ راز نہیں رہا۔

ہومیو پیتھک (Homeopathic) مقدار میں غیبت

غیبت سے بچنے کا ایک آسان طریقہ یہ ہے کہ ہم بندے کا نام لیے بغیر اُس کی خامی یا واقعہ بیان کریں مثلاً آپ یہ کہیں کہ ایک عورت تھی جو یہ غلط کام کرتی تھی یا ایک عورت کی ساس بہت ظالم تھی یا ایک بندہ تھا جس میں یہ خامی تھی، وغیرہ، وغیرہ......

امریکی مفکر اور فلسفی ہنری ڈیوڈ تھورو (Henry David Thoreau) نے 1845ء

سے 1847ء تک عوام سے کنارہ کش ہو کر ایک ندی کے کنارے ایک لکڑی کے گھر میں رہ کر انسانوں کے آپس کے تعلقات اور زندگی کے بارے میں غور و فکر کیا۔ اُس کے بعد اُس نے اپنی کلاسیکل کتاب "Walden - Life in the Woods" تصنیف کی۔ اپنی کتاب میں ہنری ڈیوڈ تھورو نے غیبت کے متعلق کہا تھا:

"Gossiping is good only when taken in homeopathic doses." (Chapter: "The Village") **(1)**

''غیبت صرف تب ہی اچھی ہوتی ہے جب وہ ہومیو پیتھک مقدار میں ہو یعنی مقدار میں نہایت کم ہو۔''

ہومیو پیتھک کا یہ اصول ہوتا ہے کہ دوا کو اتنا پتلا (Dilute) کیا جاتا ہے کہ اُس چیز کی اصلیت بدل جاتی ہے۔ تھورو کے مطابق غیبت زیادہ مقدار میں زہریلی ہوتی ہے۔ یہی چیز اسلام سکھاتا ہے کہ ہم کسی کا ذکر کرتے ہوئے اُس کا نام پتہ غائب کر دیں لیکن جو لوگ غیبت کو پسند کرتے ہیں وہ آپ سے ضرور اصرار کریں گے کہ انھیں اُس شخص کے متعلق مکمل تفصیل بتائی جائے جس کا قصہ اور خامی بیان کی جا رہی ہے کیونکہ لوگوں کو صرف کہانیاں سننے کا اتنا شوق نہیں ہوتا جتنا دوسرے لوگوں کے متعلق باتیں سننے کا۔

غیبت سے متعلق ہمارے علماء کا طرزِ عمل

حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ سے ایک مرتبہ کسی نے صحابہ کرام کی آپس کی جنگوں کے متعلق پوچھا کہ کون حق پر تھا اور کون صحابی غلط تھا تو آپؒ نے جواب دیا:

1) Thoreau, Henry David (1989) Walden - Life in the Woods. New Jersey, Princeton University Press.

طَهَّرَ اللّٰهُ سُيُوْفَنَا عَنْ دِمَائِهِمْ لِمَا ذَا نَضَعُ اَلْسِنَتَنَا عَنْ لُحُوْمِهِمْ

”اللہ تعالیٰ نے ہماری تلواروں کو اُن کے خون سے بچایا تو پھر ہمیں اپنی زبانوں کو (غیبت کر کے) اُن کے گوشت سے خراب کرنے کی کیا ضرورت ہے۔“

امام بخاریؒ جن کی مرتب کی ہوئی صحیح بخاری کو اللہ نے ایسا شرف قبولیت عطا فرمایا کہ:

هُوَ اَصَحُّ الْكِتَابِ بَعْدَ كِتَابِ اللّٰهِ

(یعنی قرآن کے بعد سب سے زیادہ مستند کتاب ہے)

وہ امام بخاریؒ غیبت سے اتنا اجتناب کیا کرتے تھے کہ وہ فرمایا کرتے تھے:

اِنِّىْ لَاَرْجُوْ اَنْ اَلْقَى اللّٰهَ وَلَا يُحَاسِبُنِىْ اَنْ اِغْتَبْتُ اَحَدًا

”میں امید کرتا ہوں کہ جب میں قیامت کے روز اللہ سے ملوں گا تو میرے حساب میں کسی شخص کی غیبت نہیں ہوگی۔“

امام الذہبی لکھتے ہیں کہ ایک مرتبہ عبداللہ بن مبارکؒ سے مسجد میں موجود لوگوں نے کہا: ”آپ نماز ختم کر کے ہمارے پاس آ کر نہیں بیٹھتے بلکہ گھر چلے جاتے ہیں۔“

عبداللہ ابن مبارک نے جواب دیا: ”میں جا کر صحابہ اور تابعین کے ساتھ بیٹھتا ہوں۔“

لوگوں نے پوچھا کہ آپ صحابہ اور تابعین کے ساتھ کیسے بیٹھتے ہیں جب کہ وہ لوگ تو زمانہ ہوا فوت ہو چکے ہیں؟

یہ سُن کر عبداللہ بن مبارک نے اُن لوگوں کو جواب دیا:

”میں گھر جا کر اُس علم (کتابوں) کو پڑھتا ہوں جو میں نے جمع کیا ہوا ہے۔

مجھے اُن کتابوں میں صحابہ اور تابعین کی باتیں اور واقعات ملتے ہیں۔ آپ لوگوں کے پاس بیٹھ کر میں کیا کروں؟ آپ لوگ تو بیٹھ کر دوسرے لوگوں کی غیبتیں کرتے ہیں۔" (1)

ایک مرتبہ ایک اسلامی عالم کو لوگوں نے کھانے کی دعوت پر بلایا۔ دسترخوان پر لوگ کسی کی غیبت کرنا شروع ہو گئے۔ اُن اسلامی عالم نے اُن لوگوں کو کہا:

"بھئی کمال ہے۔ لوگ تو اپنا کھانا روٹی سے شروع کرتے ہیں جب کہ آپ نے اپنا کھانا گوشت سے شروع کر دیا۔ کیا آپ لوگ دسترخوان پر ہمیشہ اپنے مردہ بھائی کے گوشت ہی سے کھانے کی ابتداء کرتے ہیں؟"

1) امام الذھبی ، تاریخ الاسلام و وفیات المشاهیر والاعلام، مطبوعہ بیروت، دار الکتاب العربی

باب نمبر 4

نگاہ کا فتنہ اور انسانی دل

نگاہ کے راستے انسانی دل کی تباہی سب سے زیادہ تیزی کیساتھ ہوتی ہے۔ جب ہماری آنکھ کوئی حرام چیز یا حرام منظر دیکھتی ہے تو اُس گناہ کا اثر فوراً ہمارے دل کے نور کو کمزور کردیتا ہے اِلاّ یہ کہ ہم فوراً اللہ سے معافی مانگیں۔ نگاہ ہی سب سے پہلے دل میں گناہ کا بیج بوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اسلام نے مردوں اور عورتوں کو نگاہ کے فتنے سے بچنے کی تلقین کی ہے۔ قرآن میں اللہ کا حکم ہے:

قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ٥ وَقُل لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ ٥ (سورہ النور: 30,31)

"اے نبیؐ، مومن مردوں سے کہو کہ اپنی نظریں بچا کر رکھیں اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کریں ۔یہ اُن کے لیے زیادہ پاکیزہ طریقہ ہے جو کچھ وہ کرتے ہیں اللہ اُس سے باخبر رہتا ہے۔ اور اے نبی، مومن عورتوں سے کہہ دو کہ اپنی نظریں بچا کر رکھیں اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت

کریں، اور اپنا بناؤ سنگھار نہ دکھائیں بجز اُس کے جو خود ظاہر ہو جائے اور اپنے سینوں پر اپنی اوڑھنیوں کے آنچل ڈالے رہیں۔"

غَــضٌ کے معنی ہیں کسی چیز کو کم کرنے، گھٹانے یا پست کرنے کے۔ غــض بصر کا مطلب ہے نگاہیں نیچی رکھنا، پوری طرح نگاہ بھر کر نہ دیکھنا اور نگاہوں کو دیکھنے کے لیے بالکل آزاد نہ چھوڑ دینا۔ شریعت اسلامی نے یہ پابندی جس چیز پر عائد کی ہے وہ ہے مردوں کا عورتوں کو دیکھنا یا دوسرے لوگوں کے ستر پر نگاہ ڈالنا یا فحش مناظر پر نگاہ جمانا۔

آدمی کے لیے یہ حلال نہیں ہے کہ وہ اپنی بیوی یا اپنی محرم خواتین کے سوا کسی دوسری عورت کو نگاہ بھر کر دیکھے۔ ایک دفعہ اچانک نظر پڑ جائے تو وہ معاف ہے لیکن یہ معاف نہیں ہے کہ آدمی نے پہلی نظر میں جہاں کوئی کشش محسوس کی ہو وہاں پھر نظر دوڑائے۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے اس طرح کی نظر بازی کو آنکھ کی بدکاری قرار دیا ہے اور فرمایا ہے کہ یہ آنکھوں کا زنا ہے۔ (بخاری، مسلم)

حضرت جریر بن عبداللہ بَــجَـلِـی روایت کرتے ہیں کہ میں نے حضورؐ سے پوچھا کہ اچانک نگاہ پڑ جائے تو کیا کروں۔ آپؐ نے فرمایا فوراً نگاہ پھیر لو یا نیچی کر لو۔ (صحیح مسلم، احمد، ترمذی، ابوداؤد)

حضرت بُریدہ کی روایت ہے کہ رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت علیؓ سے فرمایا:

يَا عَلِيُّ لَا تُتْبِعِ النَّظْرَةَ النَّظْرَةَ فَإِنَّ لَكَ الْأُولَى وَلَيْسَتْ لَكَ الْآخِرَةُ (احمد، ترمذی، ابوداؤد، سنن الدارمی) (1)

---

1) یہ حدیث حسن ہے اور شیخ البانی نے بھی اس روایت کو حسن قرار دیا ہے۔ صحیح الترمذی 2777 ، صحیح ابی داؤد 2149

"اے علی! ایک نظر کے بعد دوسری نظر نہ ڈالنا ۔ پہلی نظر تو معاف ہے دوسری معاف نہیں۔"

میڈیا اور نظر کا فتنہ

شیطان، انسان کے اندر نگاہ کے راستے داخل ہوتا ہے اور وہ حرام چیز اپنی اصل حیثیت سے زیادہ خوبصورت بنا کر بندے کے سامنے پیش کرتا ہے۔ یہاں تک کہ اُس بندے کا دل اُس چیز کی طرف مکمل طور پر مائل ہو جاتا ہے۔ پھر شیطان جھوٹے وعدے کر کے انسان کے جذبات کو بھڑکاتا ہے اور پھر انسان گناہ کی دلدل میں مکمل طور پر پھنس جاتا ہے۔

فائن آرٹس (Fine Arts) کی سائنس میں ایک اصطلاح "Seduction" کی استعمال کی جاتی ہے جس کے معنی ہیں ورغلانا، اغوا کرنا، بہکاوا دینا۔ دیکھا جائے تو یہی شیطان کا کام ہے۔ آج پرنٹ میڈیا، ٹی وی، فلمیں، کمپیوٹر، رنگین تصویری اور فلمی رسالے، انٹرنیٹ پر نیم عریاں خواتین کی Pop-up-Ads، سمارٹ فونز پر Sexting ، ہمارے پورے ملک میں ہر چوراہے پر خواتین کی تصاویر کے ساتھ ہر اشتہار (Advertisement) میں لازمی طور پر عورتوں کے جسم کے ایک ایک انچ کی نمائش کر کے چیزیں بیچنا، اِن سب چیزوں کی وجہ سے شیطان کی Seducing Job بہت آسان ہو گئی ہے۔ ایسے غلیظ ماحول میں نوجوانوں کے لیے اپنی نگاہوں کی حفاظت نہایت مشکل ہو گئی ہے لیکن کام جتنا مشکل ہوگا اس کا اجر بھی اتنا ہی زیادہ ہوگا۔

آج میڈیا کا مقصد لوگوں کو علم یا انفارمیشن دینا نہیں ہوتا بلکہ اُن کو مسحور (encapsulate & mesmerize) کرنا ہوتا ہے تاکہ اُن کے لاشعور تک مارکیٹنگ کا پیغام پہنچایا جا سکے۔ ہالی وڈ کے کیمرے 18 انچ کے کنگ کانگ (King Kong) کو ایک دیو (monster) کے طور پر دکھا سکتے ہیں جو طویل عمارتوں (Skyscrappers) پر چڑھ

رہا ہوتا ہے یا X-Files فلم میں 2 منزلہ عمارت کو 22 منزلہ عمارت بنا کر دکھا سکتے ہیں یا Titanic فلم میں سبز سکرین (Green-Screen) کے استعمال سے بنا کر لوگوں کو بیوقوف بنا سکتے ہیں۔ اب تو ڈزنی کی Pixar پروڈکشنز کی کامیابی کی وجہ سے اور کمپیوٹر کی مدد سے کرداروں کی تصویر کشی (Magic of animation) سے فلمی دنیا کے سحر میں مزید اضافہ ہوا ہے۔ پھر جب فلمی دنیا کے شیاطین اِنس نے دیکھا کہ لوگ اب روایتی ٹی وی فلموں کے بجائے انٹرنیٹ، iPad، iPhone میں اپنی تمام زندگی برباد کر رہے ہیں تو انھوں نے ٹی وی کی صنعت میں Flat Screen TV کو پیش کیا اور پھر 3-D Animation کو میدان میں لائے۔ غرض کہ لوگ اپنی نگاہوں سے اِن آلات پر حرام مناظر اور images دیکھ دیکھ کر اپنے دلوں کو مسلسل بیمار کر رہے ہیں۔ یہ آتشیں آئینے (Mirrors of Fire) جو جدید مادہ پرستانہ دور میں لوگ اپنی نگاہوں کی حفاظت کیے بغیر دیکھ رہے ہیں، یہ اتنے خطرناک ہیں کہ یہ نہ صرف دل کو بیمار کرتے ہیں بلکہ بندے کے ایمان کو بھی جلا کر خاکستر کر دیتے ہیں۔

برسیسہ راہب کی کہانی

اگر بندہ اپنی نگاہوں کو اللہ کی حرام کی ہوئی چیزوں سے نہیں بچاتا تو یہ شیطان کا تیر سیدھا اُس کے دل میں پیوست ہو جاتا ہے۔ میڈیا کا طریقہ ہی یہ ہے کہ یہ آہستہ آہستہ نظر کے راستے انسان پر حملہ آور ہوتا ہے اور پھر آخر کار انسان سے گناہ کروا دیتا ہے۔ مثلاً نوجوان لڑکیاں اور لڑکے جب ٹی وی اور فلم پر نامحرم اور بدکار فنکاروں کے عشقیہ ڈرامے اور فلمیں (Love Affairs) دیکھتے ہیں تو اُن لڑکوں لڑکیوں کے جذبات بھڑکتے ہیں، پھر وہ انٹرنیٹ پر بیٹھتے ہیں تو فیس بک (Face Book) وغیرہ پر نامحرم لڑکیوں یا لڑکوں کی تصاویر اور مشاغل دیکھتے ہیں، پھر وہ انٹرنیٹ پر گپ شپ (internet chatting) کرتے ہیں یا سیل فونز پر نامحرم لڑکے لڑکیاں آپس میں رابطے شروع کرتے ہیں۔ لڑکیاں اپنے گھر میں اپنے ماں باپ کے

قریب ہی بیٹھی ہوئی خاموشی سے کسی لڑکے کو Texting کررہی ہیں اور اکثر اوقات ماں باپ کو خبر تک نہیں ہوتی۔ پھر شیطان ''مزید'' کی خواہش میں اُنھیں رغبت دیتا ہے کہ اب وہ آپس میں Facebook پر تصاویر کا تبادلہ کریں یا Skype پر ایک دوسرے کو دیکھیں۔ لڑکی پاکستان کے ایک کونے میں ہے اور لڑکا پاکستان کے دوسرے کونے میں لیکن ٹیکنالوجی کی مہربانی سے نظر کا فتنہ ممکن ہو چکا ہے۔ جب تصاویر سے بھی بڑھتے ہوئے جذبات کی تسکین نہیں ہوتی تو پھر خفیہ ملاقاتیں شروع ہوتی ہیں اور بالآخر نوبت گھر سے بھاگنے یا عزت کو بٹہ لگانے کی آجاتی ہے۔

یہ سارے مرحلے سمجھنے کے لیے یہاں بنی اسرائیل کے برصیصہ راہب کی کہانی بیان کی جاتی ہے کہ کس طرح وہ عبادت گزار شخص اگر شروع ہی سے نظر کے فتنے سے بچا ہوتا تو اُس کا انجام بدکاری کرنے اور پھر کفر کرنے تک نہ ہوتا لیکن وہ شیطان کے جھانسے میں آگیا اور اُس نے اپنی نگاہ کی حفاظت نہ کی۔ پھر بقول شاعر ؎

اک قدم غلط اٹھا تھا راہِ شوق میں
منزل تمام عمر مجھے ڈھونڈتی رہی

حضرت وہب بن منبہ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ بنی اسرائیل میں ایک عابد تھا جو اپنے زمانہ کے عابدوں سے زیادہ عبادت گزار تھا۔ اُس کے زمانہ میں تین بھائی تھے جن کی ایک کنواری بہن بھی تھی۔ ان کے ملک پر دشمن فوج نے حملہ کردیا، انہوں نے سوچا کہ اپنی بہن کو کس کی حفاظت میں چھوڑ جائیں کیونکہ اُن کو کسی پر بھروسہ نہ تھا تو ان کی رائے اِس بات پر متفق ہوئی کہ اپنی بہن کو بنی اسرائیل کے عابد کے پاس چھوڑتے ہیں چنانچہ یہ اُس کے پاس آئے اور اُس سے اپنی بہن کو اپنے پاس رکھنے کی درخواست کی کہ جب تک ہم واپس نہ آئیں یہ آپ کے پاس رہے گی لیکن عابد نے اِس سے انکار کیا اور اللہ تعالیٰ سے (لڑکی کے اور اُس کے بھائیوں کے بارہ میں) پناہ مانگی مگر وہ بھی اصرار کرتے رہے حتیٰ کہ عابد مان گیا اور کہا کہ اُس کو میرے عبادت خانہ

کے سامنے والے گھر میں ٹھیرا دو چنانچہ انہوں نیا پنی بہن کو اُس میں ٹھہرا دیا اور چھوڑ کر چلے آئے اور یہ لڑکی کئی دنوں تک اس عابد کے پڑوس میں رہی ۔یہ عابد اپنے عبادت خانہ کے دروازہ پر کھانا لٹکا کرا تا رد یتا تھا پھر اپنا دروازہ بند کر کے اپنی عبادت گاہ میں جا بیٹھتا تھا۔ پھر اُس کو اطلاع کرتا تھا وہ اپنے گھر سے نکل کر اس کھانے کو اٹھا کر لے جاتی تھی۔

شیطان نے عابد کے دل میں کچھ نرمی سی ڈالی اور اُس کے دل میں خیر کی ترغیب دیتا رہا اور کہا کرتا کہ آپ دن کے وقت لڑکی کے گھر تک جایا کریں اور عابد کو اس سے ڈراتا رہا کہ ایسا نہ ہو کہ لڑکی کے باہر نکل کر کھانا لے جاتے رہنے کی وجہ سے کوئی اُس کو دیکھ کر اس پر عاشق نہ ہو جائے۔ اس لیے آپ چل کر اُس کے گھر کے دروازہ پر کھانا رکھ آیا کریں۔ اِس میں آپ کو زیادہ ثواب ہوگا۔ چنانچہ وہ عابد اُس کا کھانا لے کر اس کے دروازہ پر جا کر رکھ آتا تھا مگر اُس سے کوئی بات چیت نہیں کرتا تھا اور اسی طرح سے کئی دن گزر گئے۔ پھر ایک مرتبہ شیطان اُس کے پاس آیا اور نیکی اور اجر کی ترغیب اور لالچ دلا کر کہا کہ کاش آپ اُس کے گھر کے اندر جا کر اس کا کھانا رکھ آیا کریں تو اِس میں آپ کو اور بھی زیادہ ثواب ہو۔ چنانچہ وہ اس کا کھانا لے کر گھر میں لے جا کر رکھنے لگا اور اس طرح سے کئی دن گزر گئے ۔پھر ایک مرتبہ اس کے پاس شیطان آیا اور اس کو نیکی کی ترغیب دلائی اور کہا کاش کہ آپ اس سے کچھ کلام کرتے اور باتیں کرتے اور وہ آپ کی باتوں سے مانوس ہوتی ، وہ اکیلے رہ رہ کر بہت پریشان ہوگئی ہے ۔کاش آپ اپنے عبادت خانہ کے دروازہ پر بیٹھتے اور وہ اپنے گھر کے دروازہ پر بیٹھتی اور وہ تم سے باتیں کرتی اور اس سے اُس کو کچھ زیادہ اپنایت ہوتی (آج کے دور میں ہم اِسے لڑکے لڑکی کی آپس میں chatting اور texting کہہ سکتے ہیں)۔

چنانچہ شیطان نے اُس عابد کو گرجا گھر کے دروازہ پر بٹھایا اور لڑکی کو اُس کے گھر کے دروازہ پر بٹھایا اور یہ دونوں کئی روز تک آپس میں باتیں کرتے تھے۔ پھر ایک مرتبہ شیطان اُس کے پاس آیا اور اُس کو ثواب اور نیکی کی ترغیب دلائی اور کہا کہ کاش آپ اپنے عبادت خانہ سے

نکل کر اُس کے گھر کے دروازہ کے پاس بیٹھ کر اُس لڑکی سے باتیں کرتے تو اس کو اس سے زیادہ اُنس حاصل ہوتا تو عابد نے یہ بھی کر ڈالا۔ پھر اُس کے پاس شیطان آیا اور کہا کہ کاش آپ اُس لڑکی کے گھر میں داخل ہو جاتے تا کہ وہ اپنا چہرہ گھر سے باہر نہ نکالے تو اور بھی بہتر ہو گا چنانچہ وہ اُس کے گھر میں داخل ہونے لگا اور سارا سارا دن اُس سے باتوں میں مصروف رہنے لگا۔ جب شام ہوتی تو یہ اپنے عبادت خانہ میں لوٹ جاتا۔ (آج کے دور میں جس طرح آپس میں chattingاور texting کے بعد شیطان لڑکیوں اور لڑکوں میں "مزید" کی خواہش میں اُنھیں رغبت دیتا ہے کہ اب وہ آپس میں Facebook پر تصاویر (sharing the pics) کا تبادلہ کریں یا Skype پر ایک دوسرے کو مزید قریب سے دیکھیں۔ جب تصاویر اور آن لائن ویڈیو کیمرے سے بھی بڑھکتے ہوئے جذبات کی تسکین نہیں ہوتی تو پھر خفیہ ملاقاتیں شروع ہوتی ہیں اور بالآخر وہی ہوتا ہے جو برسیسہ کی اس کہانی میں آگے چل کر ہوا۔)

اِس کے بعد پھر شیطان اُس عابد کے پاس آیا اور اُس کے دل میں لڑکی کا زیب و زینت اور خوبصورتی دل نشین کرنے لگا حتیٰ کہ عابد نے لڑکی کو بوسہ دیا۔ پھر شیطان اُس لڑکی کی خوبصورتی کو عابد کی آنکھوں میں جتلانے لگا اور اُس کے نفس کو ابھارنے لگا حتیٰ کہ وہ بدکاری میں مبتلا ہوا اور وہ لڑکی حاملہ ہوئی اور ایک لڑکا پیدا ہوا۔ پھر شیطان اُس عابد کے پاس آیا اور کہا کہ تیرا کیا خیال ہے جب اِس لڑکی کے بھائی آئیں گے جس نے تیرا بچہ جنا ہے وہ تیرا کیا حشر کریں گے؟ مجھے امید نہیں ہے کہ وہ تجھے چھوڑیں گے، تو جا کر اس کے بیٹے کو ذبح کر کے دفن کر دے، یہ لڑکی اپنے بھائیوں سے خوف کے مارے اِس گناہ کو چھپا لے گی چنانچہ اُس نے لڑکے کو قتل کر دیا، پھر شیطان نے کہا تم کیا سمجھتے ہو کہ تم نے جو کرتوت کیا ہے اِس کو یہ لڑکی اپنے بھائیوں سے ذکر نہیں کرے گی؟ تم اس لڑکی کو بھی پکڑ کر ذبح کر دو اور اِس کے بیٹے کے ساتھ اس کو بھی دفن کر دو چنانچہ اس نے لڑکی کو بھی ذبح کیا اور اس کے لڑکے کے ساتھ اس کو بھی ایک گڑھے میں ڈالا اور اوپر سے بڑی چٹان رکھ دی اور ان پر زمین کو برابر کر دیا پھر اپنے عبادت خانہ میں جا کر عبادت

میں مصروف ہو گیا۔ اس طرح سے کچھ عرصہ گزر گیا حتیٰ کہ اُس لڑکی کے بھائی جنگ سے فارغ ہوئے اور اُس عابد کے پاس آ کر اپنی بہن کا مطالبہ کیا تو اس نے اُن سے تعزیت کی، لڑکی کے لیے دعا کے جملے کہے اور صدمہ کا اظہار کرتے ہوئے رونے لگا اور کہا وہ نیک خاتون تھی، یہ اُس کی آخری آرام گاہ ہے یہ دیکھو، تو اُس لڑکی کے بھائی اُس کی قبر پر آئے افسوس کیا اور ایک دن تک اس کی قبر پر رہے پھر اپنے گھروں کو لوٹ گئے۔

جب رات ہوئی اور یہ اپنے اپنے بستروں پر لیٹ گئے تو شیطان اُن کے پاس آیا۔ سب سے پہلے بڑے کے پاس آیا اور اُس سے خواب میں اُس کی بہن کا پوچھا تو اس نے وہی جواب دیا جو عابد نے دیا تھا کہ وہ تو فوت ہو گئی ہے تو شیطان نے اِس بات کو جھٹلا کر کہا میں تو تمہاری بہن کے قضیہ کی تصدیق نہیں کرتا، اُس عابد نے تمہاری بہن کو حاملہ کیا، اُس نے اس کا بچہ جنا، پھر اپنی جان بچانے کے لیے اُس عابد نے اُس کو لڑکے سمیت ذبح کیا اور گھر کے دروازہ کے پیچھے دفن کر دیا پھر شیطان درمیانے والے بھائی کے پاس خواب میں آیا اور اُس کو بھی ویسا ہی کہا، پھر چھوٹے کے پاس آیا اور اس کو بھی ویسا ہی کہا۔

جب یہ بھائی اٹھے تو اس خواب کی وجہ سے بہت پریشان تھے چنانچہ جب یہ تینوں ایک دوسرے کے آمنے سامنے گئے اور کہنے لگے میں نے عجیب خواب دیکھا ہے، میں نے عجیب خواب دیکھا ہے تو بڑے بھائی نے کہا یہ کوئی جھوٹا خواب ہے بے حقیقت ہے چلو چھوڑو لیکن چھوٹے نے کہا میں تو نہیں چھوڑوں گا۔ میں اس جگہ پر جاؤں گا اور اُس کو دیکھوں گا چنانچہ وہ (تینوں) چل پڑے، اُس جگہ کو تلاش کیا اور اپنی بہن کو اُس کے بچہ سمیت ذبح شدہ پایا پھر اُس کے بارے میں عابد سے پوچھا تو ابلیس کی بات کی تصدیق ہو گئی جو اُس نے اُس لڑکی کے ساتھ کیا تھا تو ان بھائیوں نے اُس کا مقدمہ بادشاہ کے سامنے پیش کیا تو اُس عابد کو اُس کے عبادت خانہ سے گرفتار کیا گیا اور سولی چڑھانے کے لیے لے گئے۔ جب اُس کو سولی کے قریب کھڑا کیا تو اُس وقت شیطان عابد کے پاس آیا اور کہا کیا تم جانتے ہو، میں تمہارا وہی ساتھی ہوں جس نے

تمہیں اس لڑکی کے فتنہ میں مبتلا کیا اور تم نے حاملہ کر کے اُس کو اور اُس کے بیٹے کو ذبح کیا، اگر آج تم میری پیروی کرتے ہوئے مجھے ایک سجدہ کر دو اور اُس اللہ کا انکار کرو جس نے تمہیں پیدا کیا تو میں اس مصیبت سے نجات دلا دوں گا جس میں تم پھنس گئے ہو۔ چنانچہ اُس نے اللہ تعالیٰ کا انکار کر دیا اور شیطان کو سجدہ کر دیا۔ جونہی اُس عابد نے شیطان کو سجدہ کیا اور اللہ تعالیٰ کا انکار کیا تو شیطان فوراً اُس کے سامنے سے ہٹ گیا کیونکہ وہ عابد کو گمراہ کرنے کا مقصد پورا کر چکا تھا۔ ابھی عابد اس بات پر حیران کھڑا تھا کہ اگلے ہی لمحے اُس کو سولی دے دی گئی۔

بعض مفسرین کے مطابق اسی موقع کے لیے سورۃ الحشر یہ آیات نازل ہوئیں:

كَمَثَلِ الشَّيْطَانِ إِذْ قَالَ لِلْإِنسَانِ اكْفُرْ فَلَمَّا كَفَرَ قَالَ إِنِّي بَرِيءٌ مِّنكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ ٥ فَكَانَ عَاقِبَتَهُمَا أَنَّهُمَا فِي النَّارِ خَالِدَيْنِ فِيهَا وَذَٰلِكَ جَزَاءُ الظَّالِمِينَ ٥ (سورۃ الحشر، 16, 17)

"جیسے شیطان کی مثال ہے جب وہ انسان کو کہتا ہے کہ کفر کر لو تو جب وہ کفر کر لیتا ہے تو شیطان کہتا ہے کہ اب میں تم سے بری ہوں، میں اللہ رب العالمین سے ڈرتا ہوں۔ اِن دونوں (یعنی شیطان اور کافر ہونے والے) کی سزا یہ ہے کہ یہ دونوں دوزخ میں جائیں گے اِس میں یہ ہمیشہ رہیں گے۔ ظالموں کی یہی سزا ہے۔"

آپ غور فرمائیں کہ کس طرح آہستہ آہستہ اُس عابد کو شیطان نے گمراہ کیا۔ قرآن ہمیں شیطان کے طریقہ واردات سے آگاہ کرتے ہوئے کہتا ہے **لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ٥** (سورہ البقرہ: 208) (شیطان کے نقشِ قدم پر نہ چلو)

اُس آیت میں شیطان کے نقشِ قدم کا ذکر کیوں کیا گیا ہے؟ شیطان کے نقشِ قدم برائی کی طرف آہستہ آہستہ جانے کا دوسرا نام ہے۔ جب انسان شیطان کے نقشِ قدم پر چلتے ہوئے

برائی کی طرف آہستہ آہستہ بڑھتا ہے تو وہ اسے گناہ کے گڑھے میں گرا کر چھوڑتا ہے۔

اِس برصیصہ کے واقعے میں شیطان نے برصیصہ کو آہستہ آہستہ (Step-by-step) گمراہ کیا۔ سب سے پہلے برصیصہ نے اپنی آنکھوں کو اللہ کی نافرمانی میں استعمال کیا، پھر آہستہ آہستہ گناہ کی طرف بڑھتے بڑھتے آخر اُس عابد نے نہ صرف زنا کیا بلکہ عورت اور بچے کو بھی قتل کرڈالا اور بالآخر شیطان کی بتدریج دعوت پر کفر کر ڈالا جس کے بعد اسے قتل کر دیا گیا۔ بس میڈیا اور electronics کے معاملے میں بھی ہوشیار رہیں کہ کہیں شیطان نوجوانوں کو گناہ کی Step by step دعوت تو نہیں دے رہا؟ کہیں شیطان میڈیا اور electronics کے ذریعے ہماری قوم کے نوجوان لڑکیوں اور لڑکوں کا حشر برصیصہ راہب والا تو نہیں کرنا چاہتا۔

انٹرنیٹ، سیل فون اور خواتین کی بے پردگی

کچھ عرصہ پہلے سعودی عرب کے ممتاز عالم دین شیخ عبدالعزیز بن بازؒ نے یہ فتویٰ دیا تھا کہ اگر کوئی لڑکی انٹرنیٹ پر کسی لڑکے سے چیٹنگ (chatting) کر رہی ہوتی ہے (چاہے وہ اسلامی چیٹنگ سائٹ Islamic chatting room) تو وہ ایسا ہی ہے جیسے وہ کسی کمرے میں تنہا کسی نامحرم لڑکے سے گفتگو کر رہی ہو جو کہ قطعاً حرام ہے۔ حدیث پاک ہے:

لَا يَخْلُوَنَّ رَجُلٌ بِامْرَاَةٍ اِلَّا كَانَ ثَالِثَهُمَا الشَّيْطَانُ. (جامع الترمذی)

''جب بھی کوئی نامحرم مرد کسی عورت کے ساتھ تنہا ہوتا ہے تو تیسرا شیطان ہوتا ہے۔'' (1)

اسی طرح سیل فون یا آئی فون پر Facetime یا Skype یا کمپیوٹر پر

1) جامع الترمذی 1171، اِس حدیث کو شیخ البانیؒ نے اپنی صحیح الترمذی میں صحیح کا درجہ دیا ہے۔

Google Chat یا کسی بھی قسم کے Video Chat پر لڑکی کی نامحرم لڑکے سے ملاقاتیں بھی ایسے ہی ہے جیسے وہ کسی کمرے میں تنہا کسی نامحرم لڑکے سے گفتگو کررہی ہو جو کہ قطعاً حرام ہے۔ انٹرنیٹ پر لڑکوں لڑکیوں کی ملاقاتوں سے آہستہ آہستہ آپس کی ہچکچاہٹ اور درمیان میں حائل شرم وحیا ختم ہوجاتی ہے اور انسانوں کے اندر موجود جنس مخالف کے متعلق جذبات (carnal desire for opposite sex) ان کے دل و دماغ پر حاوی ہوجاتے ہیں۔ اِس طرح کی ملاقاتوں کا انجام وہی ہوتا ہے جو برسیسہ راہب اور اُس لڑکی کا ہوا۔

خواتین کو یہ بات نہیں بھولنی چاہیے کہ الیکٹرانک میڈیا پر بے پردگی کا سب سے زیادہ نقصان انہی کو ہوتا ہے۔ مرد حضرات تو عورتوں کو بے پردہ اور رسوا کرکے اور اُن کے جسم سے لطف لے کر شیطان کی طرح آخر میں سائیڈ پر ہوجاتے ہیں جیسے برسیسہ کی کہانی میں شیطان نے کیا اور اُس کا خمیازہ خواتین کو اکیلے بھگتنا پڑتا ہے (گو کہ اللہ کے عذاب سے وہ مرد شیطان بھی بچ نہ سکیں گے)۔ بہرحال اپنے پردے کی حفاظت خواتین کو خود کرنی چاہیے۔ اُنہیں نامحرم مردوں پر کبھی کسی حال میں اعتبار نہیں کرنا چاہیے۔

خواتین کو یہ بات سمجھ لینی چاہیے کہ اپنا چہرہ اور اپنی خوبصورتی نامحرم مردوں کے دیکھنے کے لیے کھلا چھوڑ دینا خواتین میں پائی جانے والی دل کی روحانی بیماریوں میں سب سے عام دل کی بیماری disease of heart ہے۔ عورتوں کے چہرے کی بے پردگی، دراصل بیسویں صدی کی سب سے عام اور خطرناک دل کی روحانی بیماری ہے۔ ایسی جوان عورتیں جو اپنے چہروں کو خاص طور پر میک اَپ کے ساتھ نامحرم مردوں کے نظارے کے لیے کھلے چھوڑ دیتی ہیں وہ اگر شب برات میں پوری پوری رات نوافل پڑیں یا ختم پڑھیں تو پھر بھی اُس کا کوئی فائدہ نہیں۔ پردہ خواتین پر فرض ہے جبکہ شب برات کے نوافل یا ختم قرآن یا قرآن خوانی کی حیثیت نفل سے زیادہ کی نہیں اور فرض اور نفل کا کوئی مقابلہ نہیں کیا جاسکتا۔ قرآن طوطے کی طرح بغیر

سمجھ کر پڑھنے کی کتاب نہیں بلکہ عمل کرنے کی کتاب (Book of Action) ہے اور پردے کا حکم قرآن میں دیا گیا ہے۔ پہلے بے پردگی کی بیماری کو دل سے صاف کریں پھر نوافل ادا کریں۔

نگاہوں کی حفاظت کرنے پر عظیم اجر

اگر ہم اپنی نگاہوں کی حفاظت کریں گے اور حرام چیزوں سے مثلاً ٹی وی، انٹرنیٹ، اشتہارات، بل بورڈ زپر طوائف خواتین ماڈلز کی نیم عریاں تصاویر وغیرہ سے اپنی نگاہوں کو ممکن حد تک بچائیں گے تو اللہ تعالیٰ ہمیں ایمان کی حلاوت عطا فرمائے گا۔ طبرانی کی ایک حدیث میں آتا ہے کہ رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

اِنَّ النَّظْرَ سَهْمٌ مِنْ سِهَامِ اِبْلِيْسِ مَسْمُوْمٌ ، مَنْ تَرَكَهَا مَخَافَتِيْ اَبْدَلْتُهُ اِيْمَانًا يَجِدُ حَلَاوَتَهُ فِى قَلْبِهِ (طبرانی) (1)

"نگاہ ابلیس کے زہریلے تیروں میں سے ایک تیر ہے۔ جو شخص مجھ سے ڈر کر اُس کو چھوڑ دے گا میں اس کے بدلے اُسے ایسا ایمان دوں گا جس کی حلاوت وہ اپنے دل میں پائے گا۔"

اسی طرح ایک صحیح حدیث میں رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

1) امام الھیثمی نے مجمع الزوائد (66/8) میں، امام الذھبی نے میزان الاعتدال (۱/۱۹۶) میں اور شیخ ناصر الدین البانی نے الضعیفہ (نمبر ۱۰۶۵) میں طبرانی کی اس حدیث کی صحت پر کلام کیا ہے۔ لیکن اس ضعیف حدیث کے مضمون کو آگے بیان کی گئی صحیح حدیث سے تقویت ملتی ہے جو مُسند احمد میں قتادہؓ نے روایت کی ہے۔

اِنَّکَ لَنْ تَدعَ شَیْئًا لِلّٰہِ عَزَّوَجَل اِلَّا بَدَلَکَ اللّٰہُ بِہٖ مَاھُوَ خَیْرٌ لَکَ مِنْہُ (مسند احمد عن قتادہ و ابی الدھماء) (1)

''جس نے اللہ کی خاطر کسی چیز (یا کسی حرام کام) کو چھوڑا تو اللہ تعالیٰ ایسے شخص کو اُس سے بہتر چیز عطا فرماتا ہے۔''

اِس حدیث کی روشنی میں ہم سمجھ سکتے ہیں کہ جو شخص اللہ کی رضا کی خاطر اپنی نگاہوں کو اُس کی نافرمانی سے بچاتا ہے اور نگاہوں کی وقتی لذت کو قربان کرتا ہے، اللہ تعالیٰ ایسے شخص کو ایمان کی حلاوت عطا فرماتا ہے اور ایسے شخص کی عبادت میں لطف اور لذت پیدا کر دیتا ہے۔ پھر نماز ایسے شخص کی آنکھوں کی ٹھنڈک بن جاتی ہے۔ جو شخص نگاہوں کی وقتی لذت کو قربان کرنے کی مشقت اٹھاتا ہے تو مشقت تو ختم ہو جاتی ہے لیکن اُس کا اجر باقی رہ جاتا ہے۔ پھر ایسے شخص کو عبادت میں بے پناہ سرور ملتا ہے۔ یہی نہیں بلکہ اللہ تعالیٰ تو انسان کے نیک اعمال کا اتنا بڑا قدردان ہے کہ وہ اللہ کی رضا کی خاطر گناہ سے بچنے والی آنکھ پر جہنم کی آگ حرام کر دیتا ہے جیسا کہ حدیث میں آتا ہے:

حُرِّمَتِ النَّارُ عَلٰی عَیْنٍ دَمَعَتْ مِنْ خَشْیَۃِ اللّٰہِ، حُرِّمَتِ النَّارُ عَلٰی عَیْنٍ سَھِرَتْ فِی سَبِیْلِ اللہ، حُرِّمَتِ النَّارُ عَلٰی عَیْنٍ غَضَّتْ عَنْ مَحَارِمِ اللہ (حاکم، مسند احمد، طبرانی فی الاوسط) (2)

ابو ریحانہؓ روایت کرتے ہیں کہ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

---

1) اس حدیث کے تمام راوی شیخ البانی کے مطابق ثقہ ہیں اور یہ حدیث صحیح ہے۔

2) امام حاکم نے اس حدیث کو صحیح الاسناد (92/2، نمبر 2432) قرار دیا ہے۔ شیخ ناصر البانی نے اِس حدیث کو اپنی کتاب السلسلۃ الصحیحۃ (نمبر 2232) میں صحیح قرار دیا ہے۔

"اُس آنکھ پر جہنم کی آگ حرام کی گئی ہے جو اللہ کے خوف میں آنسو بہائے۔ اُس آنکھ پر دوزخ کی آگ حرام کی گئی ہے جو اللہ کے راستے میں جہاد میں رات کو جاگی۔ اُس آنکھ پر جہنم کی آگ حرام کی گئی جس نے اللہ کی حرام کی ہوئی چیزوں کی طرف دیکھنے سے پرہیز کیا یا اپنی نگاہ کو دوسری طرف پھیر لیا۔"

باب نمبر 5

غصے کے نقصانات اور علاج

غصہ ایک دفاعی عمل (Defense Mechanism) ہے جو انسانوں کو اُن کے دفاع کے لیے عطا کیا گیا ہے لیکن اگر اس کو صحیح طرح کنٹرول نہ کیا جائے تو یہ بہت نقصان پہنچانے والی صفت بن جاتا ہے۔ رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک حدیث میں فرمایا:

اِنَّ الْغَضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ وَاِنَّ الشَّيْطَانَ خُلِقَ مِنَ النَّارِ وَاِنَّمَا تُطْفَىٔ النَّارُ بِالْمَآءِ فَاِذَا غَضِبَ اَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّاْ

(سنن ابوداؤد، مسند احمد) (1)

''غصہ شیطان کی طرف سے ہے اور شیطان کی تخلیق آگ سے ہوئی ہے۔ آگ کو پانی سے بجھاتے ہیں پس تم میں سے کوئی غصے کی حالت میں ہو تو وہ وضو کر لے۔''

---

1) اس حدیث کو سنن ابوداؤد (4784) کے علاوہ مسند احمد (226/4) اور البغوی نے شرح السنۃ (3583) میں بھی روایت کیا گیا ہے۔ گو کہ اس حدیث کو شیخ البانی نے السلسلۃ الضعیفۃ (نمبر 582) میں ضعیف قرار دیا ہے کیونکہ اس کی سند میں دو مجہول راوی ہیں (یعنی اُن دو راویوں کے حالاتِ زندگی محفوظ نہیں) لیکن جو بات اس حدیث کو تقویت پہنچاتی ہے وہ یہ ہے کہ حافظ العراقی نے تخریج الاحیاء (151,145/3) میں اور ابن حجر عسقلانی نے الفتح الربانی (384/10) میں اس حدیث کے بارے میں سکوت اختیار کیا ہے (یعنی اسے ضعیف نہیں کہا)۔

جب ہم آگ کی طبعی (physical) خصوصیات پر غور کریں تو ہم دیکھیں گے کہ آگ اپنی فطرت میں بے ہنگم (chaotic) ہوتی ہے اور بڑی آسانی سے کنٹرول سے باہر ہو جاتی ہے۔ جونہی آگ کنٹرول سے باہر نکلے، وہ تباہی پھیلانا شروع کر دیتی ہے۔ آگ کی دوسری خصوصیت یہ ہے کہ وہ اوپر کی طرف اٹھتی ہے جبکہ خاک کی یہ صفت ہے کہ وہ نیچے کی طرف کھینچتی ہے (اس لیے انسان کی خوبی عاجزی اختیار کرنے میں ہی ہے) چنانچہ جب کوئی شخص غصے میں آئے تو شیطان اُس کی انا (Ego) کو بھڑکا کر اُس کے غصے کو ایندھن دیتا ہے۔ ایک دوسری حدیث میں ارشادِ نبویؐ ہے:

اَلا وَ اِنَّ الْغَضَبَ جَمْرَةٌ فِی قَلْبِ ابْنِ آدَمَ (ترمذی) (1)

"غصے سے ہوشیار رہو کہ یہ بنی آدم کے دل پر جلتے ہوئے کوئلے کی مانند ہے۔"

شیطان انسانوں پر کنٹرول حاصل کرنے کے لیے غصے کے دروازے کو استعمال کرتا ہے۔ جب بندے کو غصہ چڑھ جائے تو پھر اُس کی سوچنے سمجھنے کی صلاحتیں ماؤف ہو جاتی ہیں۔ شدید جذبات کی وجہ سے اُس کے دماغ کے سوچنے کا حصہ عارضی طور پر ناکارہ ہو جاتا ہے اور غصے کی حالت میں وہ شخص ناسمجھی اور گناہ کے کام کر بیٹھتا ہے۔ امریکہ کی کولمبیا یونیورسٹی کے محقق سائیکالوجسٹ ڈاکٹر ڈینئل گولمین (Dr. Daniel Goleman) اپنی کتاب "Emotional Intelligence" میں لکھتے ہیں کہ چونکہ غصہ ایک انتہائی شدید جذباتی محرک ہوتا ہے اِس لیے جب ایک شخص غصے کی حالت میں ہوتا ہے تو اُس کا دماغ جذباتی ہائی جیک (Emotional Hijacking) کا شکار ہو جاتا ہے۔ ایسے مواقع پر دماغ کے جذباتی

---

1) اِس حدیث کو ترمذی (2191) کے علاوہ مسند احمد (3/19 ، 11159) نے بھی روایت کیا ہے۔ امام ترمذی نے اِس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔ مزید برآں، حافظ جلال الدین السیوطی نے بھی الجامع الصغیر (1610) میں اِس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔

حصے(Emotional Centers) انسانی دماغ کو اُچک کر لے جاتے ہیں اور دماغ کے غور اور تجزیہ کرنے کے حصوں (Analytical centers of brain) کو کام کرنے کا ابھی موقع ہی نہیں ملا ہوتا۔ دراصل دماغ کے جذباتی حصے بالخصوص (Amygdala) دماغ کے سوچنے سمجھنے والے حصوں کے مقابلے میں نہایت تیزی سے کام کرتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ شیطان غصے کی حالت میں انسان سے جلد بازی کے ساتھ کوئی حماقت کروا بیٹھتا ہے جس کا پچھتاوا ساری عمر انسان کو رہتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جلد بازی شیطان کی ایک صفت ہے۔حدیث میں آتا ہے:

اَلتَّأَنِّیْ مِنَ اللّٰہِ وَ الْعَجَلَۃُ مِنَ الشَّیْطَانِ. (1)

(بیہقی فی سنن الکبری104/10 . مسند ابو یعلی 1054/3)

''معاملات میں احتیاط اللہ کی طرف سے ہوتی ہے اور جلد بازی شیطان کی طرف سے ہوتی ہے۔''

حسد اور غصے کے انسانی جسم پر برے اثرات:

جدید سائنس کی روشنی میں

امریکہ میں انسانی دل کی ذہانت پر تحقیق کرنے والے ادارے "Heart Math Institute" (جو کیلیفورنیا میں واقع ہے) میں ریسرچ اور تجربات سے پتہ چلا ہے کہ غصہ، حسد اور نفرت جیسے منفی جذبات کو جب لوگوں میں اُبھارا جاتا ہے تو اُس کے نتیجے میں انسانی جسم میں "Cortisol" نامی کیمیائی مادہ کثرت سے بننا شروع ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے جسم

---

1) اس حدیث کو شیخ البانی نے صحیح الجامع میں حسن کا درجہ دیا ہے اور امام ھیثمی نے مجمع الزوائد میں لکھا ہے کہ اس حدیث کے تمام راوی معتبر (رجال الصحیح) ہیں۔

Stress کا شکار ہو جاتا ہے اور جسم کا بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے جو صحت کے لیے نقصان دہ ہوتا ہے۔ (1)

سائنسی ریسرچ سے یہ بھی پتہ چلا ہے کہ غصہ کی وجہ سے انسان جسم کا دفاعی نظام وقتی طور پر کمزور ہو جاتا ہے۔ایک تحقیق میں امریکی سائنسدان گلین رائن (Glen Rein Ph.D.) اوران کے معاون سائنسدان نے غصے کے ہمارے جسم کے دفاعی نظام (Immune System) پر اثرات کا تجزیہ کیا۔اِس تحقیق میں30 رضا کار (Subjects) شامل تھے جن میں سے 13 مرد اور 17 عورتیں تھیں۔ تمام رضا کار (Subjects) اچھی صحت میں تھے اور انھیں کسی قسم کا انفیکشن یا بیماری نہ تھی۔اُنھیں تین گروپس میں تقسیم کیا گیا جن میں سے دو کنٹرول گروپ تھے جبکہ ایک گروپ میں منفی جذبات (Negative Feelings) (غصہ اور نفرت /حسد) اور مثبت جذبات (Positive Feelings) (یعنی رحم کے جذبات) کو ابھارا گیا۔اُن کے جسم کے دفاع (Immunity) کو ناپنے کے لیے اُن کے تھوک میں دفاعی حیاتیات یا اینٹی باڈیز (Salivary Immunoglobin) یعنی S-IgA کی جسم میں بننے والی مقدار کو جانچا گیا۔دل کی رفتار کو ناپنے کے لیے ECG کا استعمال کیا گیا۔

اِس تحقیق میں سائنسدانوں نے رضا کاروں کو کہا کہ وہ دو قسم کے جذبات (غصہ اور رحم) کو ماضی کے برے اور اچھے تجربات (یادیں) سوچ کر اپنے اندر ابھارنے کی کوشش کریں۔ پھر انھوں نے رضا کاروں کو بیرونی طور (External Factors) پر ایسی ویڈیوز دکھائیں جن کو دیکھ کر غصہ چڑھ سکتا ہے یا ایسی ویڈیوز جن کو دیکھ کر انسان میں رحم وشفقت کے جذبات پیدا ہوتے ہیں۔ S-IgA ہمارے جسم میں ایک ایسی دفاعی فوج ہے جو ہمارے جسم کے خلیوں (Cells) پر حملہ آور ہونے والے بیکٹیریا / وائرس کے خلاف سب سے پہلے متحرک

1) Childre, Doc & Martin, Howard (1999) . The HearthMath Solution. New York, Harper San Francisco Press

ہوتی ہے۔

اِن تجربات میں دیکھا گیا کہ جس گروپ نے اپنے ماضی کے غصہ یا حسد دلانے والے واقعات کا تصور کیا یا غصہ دلانے والی بات کا مشاہدہ کیا، اُن کے جسم کا دفاع (Immune System) اگلے چھ گھنٹوں کے لیے کمزور ہوگیا۔ صرف 5 منٹ کسی ماضی کی غصہ دلانے والے واقعے کو یاد کرنے سے ہی جسم کے S-IgA اینٹی باڈیز کی بننے کی مقدار اگلے 6 گھنٹوں تک کے لیے 50 فیصد کم ہوجاتی ہے جس وجہ سے بندے کو سانس کے انفیکشن مثلاً نزلہ، زکام وغیرہ آسانی سے ہوسکتے ہیں۔ اس کے برعکس جس گروپ نے اپنے دل میں ہمدردی کے جذبات پیدا کیے، اُن کے جسم کی دفاعی افواج (S-IgA) کی سطح میں 41 فیصد اضافہ ہوا اور یہ اضافہ اگلے چھ گھنٹوں تک کے لیے رہا۔ **(1)**

اس سے اندازہ لگایا جاسکتا ہے کہ اگر ماضی کی کسی غصہ دلانے والی بات کو یاد کرنے سے ہی جسم کو اتنا نقصان پہنچ سکتا ہے تو پھر عین موقع پر کسی بات پر لڑائی جھگڑا کرنے اور تُو تُو مَیں مَیں کے دوران غصہ کرنے سے جسم کو کتنا نقصان پہنچتا ہوگا۔ یہی وجہ ہے کہ کئی مرتبہ لوگ کسی سے زبانی جھگڑا یا تلخ کلامی کے بعد بیمار ہوجاتے ہیں۔

مزید برآں، ہم نے اوپر بیان کی گئی تحقیق میں یہ بھی دیکھا کہ اگر غرباء و مساکین کی مدد کرنے اور دوسروں سے رحم و ہمدردی کا مظاہرہ کرنے کے تصور سے ہی انسان کے جسم کے دفاعی نظام میں اتنی مضبوطی آجاتی ہے تو غرباء و مساکین سے حقیقی حالات میں ہمدردی کرنے اور دوسروں پر غصہ کرنے کی بجائے انھیں معاف کردینے سے فی الحقیقت انسان کے جسم پر کتنے اچھے اثرات مرتب ہوتے ہوں گے جو کہ انسان کی عمر لمبی ہونے کا باعث بنتے ہیں۔ یہی تو وجہ

---

1) Rein, Glen,PhD, Atkinson, Mike and McCraty, Rollin, MA (Summer 1995) . "The Physiological and Psychological Effects of Compassion and Anger" Journal of Advancement in Medicine. Vol 8, No 2.

ہے کہ نبی آخری الزمان صلی اللہ علیہ وسلم فرمایا تھا:

مَنْ سَرَّهُ اَنْ يُبْسَطَ لَهُ فِي رِزْقِهِ اَوْ يُنْسَأَ لَهُ فِي اَثَرِهِ فَلْيَصِلْ رَحِمَهُ

(بخاری و مسلم عن انس بن مالکؓ)

''جو شخص یہ چاہتا ہے کہ اُس کی دولت میں اضافہ ہو اور اُس کی عمر لمبی ہو تو اُسے چاہیے کہ وہ صلہ رحمی کرے [یعنی اپنے رشتہ داروں کی مالی مدد کرے، اُن کی باتوں پر غصہ نہ کرے بلکہ انھیں معاف کردے، وغیرہ]۔''

غصے کی صورت میں جسم کے نظامِ دفاع اور S-IgA اینٹی باڈی کی کمی کے علاوہ دیگر اثرات میں حرکتِ قلب (Heart Rate) کی تیزی، موڈ کی خرابی، سر درد، خشک منہ (تھوک کی کمی) اور پٹھوں میں درد کا مشاہدہ بھی رضا کاروں میں کیا گیا۔ یہ اثرات غصہ چڑھنے کے واقع کے بعد سے لے کر 3 گھنٹوں تک جسم پائے جاتے رہے۔ یہی وجہ ہے کہ ایک شخص جب رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس آیا اور آپؐ سے نصیحت کی درخواست کی تو حدیث میں آتا ہے:

عَنْ اَبِيْ هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللّٰهُ عَنْهُ اَنَّ رَجُلًا قَالَ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اَوْصِنِيْ، قَالَ: لَاتَغْضَبْ . فَرَدَّدَ مِرَارًا؛ قَالَ: لَا تَغْضَبْ

(صحیح بخاری)

''رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اُس شخص کو نصیحت کی کہ غصہ مت کرو۔ اُس نے مزید کئی بار نصیحت کی درخواست کی تو ہر مرتبہ آپؐ نے اُسے کہا: غصہ مت کرو۔''

حضرت انسؓ بن مالک، حضورِ اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے دس سال تک خادم خاص رہے۔ حضرت انس کے بقول حضورؐ نے اُن دس سالوں میں ایک مرتبہ بھی انھیں نہیں ڈانٹا۔

انس ؓ فرماتے ہیں کہ جب اُن سے کوئی غلطی ہو جاتی تو انھیں اُس بات کا علم اُس وقت ہوتا جب وہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا مسکراتا ہوا چہرہ دیکھتے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی اسی صفت کو قرآن نے ان الفاظ میں بیان کیا ہے۔

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللّٰهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيْظَ الْقَلْبِ لَا نْفَضُّوْا مِنْ حَوْلِكَ ۝ (سورہ آل عمران: آیت 159)

”(اے پیغمبرؐ) یہ اللہ کی بڑی رحمت ہے کہ تم اِن لوگوں کے لیے بہت نرم مزاج واقع ہوئے ہو۔ ورنہ اگر کہیں تم تند خو اور سنگ دل ہوتے تو یہ سب تمہارے گرد و پیش سے چھٹ جاتے۔“

غصہ کے برے نتائج

بہت زیادہ غصہ نہ صرف دل کی بیماری ہے بلکہ غصہ کی وجہ سے جسمانی دل کو بھی بہت سی بیماریاں لاحق ہوتی ہیں اور دوسروں کو اس سے شدید نقصان پہنچتا ہے جیسا کہ امام شافعی نے اپنے اشعار میں فرمایا تھا:

اِحْفَظْ لِسَانَكَ اَيُّهَا الْاِنْسَانُ
لَا يَلْدَغَنَّكَ اِنَّهٗ ثُعْبَانُ

(اے انسان تو اپنی زبان کو سنبھال
یہ تجھے کہیں ڈس نہ دے کہ یہ تو سانپ ہے)

كَمْ فِي الْمَقَابِرِ مِنْ قَتِيْلِ لِسَانِهٖ
كَانَتْ تَهَابُ لِقَاءَهُ الْاَقْرَانُ

(کتنے ہی قبروں میں ہیں جن کی زبانوں کی کاٹ کی وجہ سے
اُن کے ہم عصر اُن سے ملاقات کرنے سے ڈرتے تھے)

(ديوان الشافعي: حِصَادُ الْأَلْسُنِ)

غصے کا انجام اکثر اوقات شرمندگی اور حسرت ہوتا ہے۔ غصے کی حالت میں جب کہ انجام کا سوچنے والا دماغ (neocortex) بند (Shutoff) ہو جاتا ہے اور جذباتی دماغ اُسے ہائی جیک کر لیتا ہے اُس وقت شیطان کے لیے انسان پر حملہ آور ہونا نہایت آسان ہو جاتا ہے۔ غصے کی حالت میں انسان ایسے کام کر بیٹھتا ہے جن کا پچھتاوا اُسے ساری زندگی رہتا ہے۔ اپنے سے کمزوروں یعنی بچوں یا ملازموں کی پٹائی کر بیٹھتا ہے، بیوی کو طلاق دے بیٹھتا ہے حتیٰ کہ بعض اوقات اشتعال میں آ کر کسی کو قتل تک کر دیتا ہے۔ اس سلسلے میں معروف سکالر پروفیسر محمد یونس جنجوعہ صاحب اپنا مشاہدہ لکھتے ہیں:

''ایک دفعہ راقم الحروف کو ایک جیل کے دورہ کا موقع ملا۔ وہاں مختلف نوعیتوں کے سزا یافتہ مجرموں کو پابند سلاسل دیکھا۔ کچھ لوگوں کے ساتھ بات چیت بھی کی اور دریافت کیا کہ وہ کس جرم کے نتیجے میں یہاں پہنچے۔ اُس پر اکثر قیدیوں کا یہ جواب تھا کہ غصہ آ گیا تھا جس سے بات بڑھ گئی اور انجام کار جیل میں بند ہونا پڑا۔ قتل کے مجرموں اور سزائے موت پانے والوں میں سے بھی اکثر نے یہی کہا کہ مخالف کی کسی بات پر غصہ آ گیا میں نے پستول نکالا اور فائر کر دیا میرا مخالف وہیں ڈھیر ہو گیا اور مجھے مقدمہ کا سامنا کرنا پڑا۔ زر کثیر بھی صرف ہوا اور سزا بھی ہو گئی۔'' (1)

1) ''غصہ کے برے نتائج اور علاج''، پروفیسر محمد یونس جنجوعہ، میثاق، 2010ء
انجمن خدام القرآن، لاہور

اللہ کی نافرمانی ہوتے دیکھ کر غصہ آ جانا (جائز غصہ)

غصہ نہ کرنے کا یہ مطلب نہیں کہ بندہ لوگوں کو نیک کام کی نصیحت اور برائی کے کاموں پر ٹوکنا چھوڑ دے۔ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے زیادہ نرم مزاج اور غصے پر کنٹرول کرنے والا کون ہو سکتا ہے لیکن جب رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کوئی غلط کام یا اللہ کی نافرمانی ہوتے دیکھتے تھے تو آپؐ غصے میں آتے تھے اور اُس کے آثار آپؐ کے چہرہ مبارک پر ظاہر ہو جاتے تھے۔

افسوس صد افسوس کہ آج جبکہ امتِ مسلمہ کا روحانی دل مر چکا ہے تو آج حق بات پر غصے میں آ جانا ایک خامی سمجھا جاتا ہے۔ جو شخص بُرائی کو دیکھ کر اُس کے خلاف جتنا زیادہ غصے کا اظہار کرتا ہے، اُس پر اتنا ہی بُرا لیبل (label) چسپاں کیا جاتا ہے۔ مثلاً قدامت پسند (Traditionalist)، جذباتی (Zealous)، وھابی، بنیاد پرست (Fundamentalist)، مذہبی (Islamist)، جنگجو (Militant Muslim) وغیرہ۔ غرضیکہ مغربی آقاؤں کا میڈیا جو لیبل بھی اسلام پر مکمل عمل کرنے والوں کے لیے تیار کرتا ہے، ہمارے غلام مسلمان وہی لیبل اُٹھا کر اپنے مسلمان بھائیوں بہنوں پر چسپاں کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ یہی نہیں بلکہ جو روشن خیال مسلم مفکرین یا میڈیا کے علماء مسلمان ممالک کے منافق حکمرانوں یا مغربی آقاؤں کے خلاف حق بات نہیں کہتے اُنھیں انعام کے طور پر ”معتدل مسلمان“ (Moderate Muslim) کے لیبل سے بھی نوازا جاتا ہے۔

غصہ پر قابو پانے کے لیے علاج اور مشورے

غصے پر قابو پانا کوئی آسان کام نہیں لیکن جو لوگ اپنے غصے کو کنٹرول کر جاتے ہیں اُن کے لیے بڑا اجر وثواب ہے۔ قرآن میں جہاں اللہ تعالیٰ کے پسندیدہ بندوں کی صفات بیان

کی گئی ہیں وہاں اُن کی نمایاں صفت یہ بیان کی گئی ہے کہ جب انھیں غصہ آتا ہے تو وہ درگزر کر جاتے ہیں جیسا کہ قرآن مجید میں ارشاد ہے:

وَالْكَاظِمِيْنَ الْغَيْظَ وَالْعَافِيْنَ عَنِ النَّاسِ وَاللّٰهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِيْنَo (آل عمران: 134)

''اور جو غصے کو پی جاتے ہیں اور لوگوں کے قصور معاف کر دیتے ہیں اور اللہ تعالیٰ ایسے نیک لوگوں کو پسند کرتا ہے۔''

اسلام نے جہاں عربی زبان میں بہت سے نظریات (Concepts) کو بدلا اُن میں سے ایک طاقتور شخص کی تعریف (Definition) بھی تھی۔ اسلام نے انسانیت کو پہلی مرتبہ بتایا کہ اصل طاقتور وہ ہے جو اپنے غصے کو کنٹرول میں رکھ سکے۔ ابو ہریرہؓ راوی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

لَيْسَ الشَّدِيْدُ بِالصُّرَعَةِ اِنَّمَا الشَّدِيْدُ الَّذِىْ يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ

(صحيح البخاری، کتاب الادب وصحيح مسلم كتاب البر والصلة والاداب)

''پہلوان اور طاقتور وہ نہیں ہے جو مدمقابل کو پچھاڑ دے بلکہ پہلوان اور شہ زور درحقیقت وہ ہے جو غصہ کے وقت اپنے نفس پر قابو رکھے۔''

یہی نہیں بلکہ حدیث میں آتا ہے کہ اگر کوئی شخص قدرت اور طاقت رکھنے کے باوجود دوسرے پر غصہ نہ کرے اور اُسے معاف کر دے تو اُس کا اجر جنت کی حور ہے:

مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَيَقْدِرُ عَلٰى اَنْ يُّنَفِّذَهٗ دَعَاهُ اللّٰهُ عَلٰى رُءُوْسِ

الْخَلَائِقِ یَوْمَ الْقِیٰمَةِ حَتّٰی یُخَیِّرَهُ فِیْ اَیِّ الْحُوْرِ شَاءَ

(جامع الترمذی) (1)

''جو شخص غصہ کو پی جائے اور آنحالیکہ اس میں اتنی طاقت اور قوت ہو کہ وہ اپنے غصہ کے تقاضے کو پورا کر سکتا ہو تو اللہ تعالیٰ قیامت کے دن ساری مخلوق کے سامنے اُس کو بلائیں گے اور اختیار دیں گے کہ حورانِ جنت میں سے جس حور کو چاہے اپنے لیے منتخب کر لے۔''

مولانا اشرف علی تھانویؒ نے غصہ پر قابو پانے پر اللہ کی رضا حاصل ہونے کے سلسلے میں ایک واقعہ نقل کیا ہے جو نہایت سبق آموز ہے:

''ایک مفلس آدمی تھا۔ بڑی مشکل سے اپنے بال بچوں کا پیٹ پالتا تھا۔ مہینوں تک اُس کے ہاں گوشت نہ پکتا تھا۔ ایک دفعہ دال اور سبزی وغیرہ کھاتے چھ ماہ گزر گئے تو ایک دن وہ پکانے کے لیے گوشت لے کر آیا اور اپنی بیوی کے حوالے کر کے خود مزدوری کرنے چلا گیا۔ جب وہ شام کو گھر آیا تو خوب بھوک لگ رہی تھی۔ بیوی نے کھانا لا کر رکھا۔ کھانے لگا تو سالن میں نمک بہت زیادہ تھا۔ اب اُس کا خون کھول گیا۔ غصہ عروج پر تھا کہ اگر چھ ماہ بعد گوشت ملا بھی تو وہ بیوی نے نمک زیادہ ڈال کر خراب کر دیا۔ وہ چاہ رہا تھا کہ بیوی پر برس پڑے، برا بھلا کہے بلکہ مار دھاڑ کرے۔ اچانک اُس کے دل میں خیال آیا کہ یہی کام اگر میری بیٹی کے ہاتھوں ہو جاتا تو کیا میں یہ پسند کرتا کہ اُس کا شوہر اُس کو مار پیٹ کرے؟ ہرگز نہیں! یہ خیال آنا تھا کہ وہ غصہ پی گیا اور بیوی کو کچھ نہ کہا۔ جب یہ شخص فوت ہو گیا تو وقت کے ایک بزرگ نے اسے خواب میں دیکھا۔ بزرگ نے پوچھا: بھئی تمہارے ساتھ کیا معاملہ ہوا؟ کہنے لگا: اللہ تعالیٰ نے ایک ایک کر کے میرے گناہ گنوانے شروع کیے، میں اعتراف کرتا رہا اور سمجھ گیا کہ اب تو دوزخ میں ڈالا جاؤں گا۔ اتنے میں اللہ تعالیٰ نے فرمایا: تمہیں یاد ہے کہ تم نے میری بندی کا قصور

1) امام ترمذی نے اِس حدیث کو حسن غریب کا درجہ دیا ہے۔

معاف کر دیا تھا جب کہ اُس نے سالن میں نمک زیادہ کر دیا تھا اور تم شدید غصے میں تھے، جاؤ آج میں تمہاری خطائیں معاف کرتا ہوں۔ چنانچہ میری بخشش ہوگئی۔" (1)

اسی طرح میرے ایک شیخ نے امام کعبہ قاری عبدالرحمٰن السدیس کے بچپن سے متعلق ایک واقعہ مجھ سے روایت کیا ہے جو میرے شیخ نے خود قاری عبدالرحمٰن السدیس سے سُنا۔ عبدالرحمٰن السدیس نے بتایا ہے کہ جب وہ چھوٹے تھے تو بہت شرارتی تھے۔ ایک روز اُن کے والدین نے کچھ مہمانوں کی اپنے گھر پہ دعوت کی۔ عبدالرحمٰن السدیس گھر سے باہر کھیل رہے تھے۔ انھوں نے بطور شرارت باہر سے مٹی لا کر ہانڈی میں ڈال دی جس سے سارا سالن خراب ہوگیا۔ اُن کی ماں کو شدید غصہ چڑھا اور وہ غصے میں عبدالرحمٰن السدیس کو مارنے لگی لیکن پھر اُس نیک خاتون نے اپنے غصے پر کنٹرول کرتے ہوئے عبدالرحمٰن السدیس کو کہا: "جا بیٹا میں نے تجھے معاف کیا، اللہ تجھے کعبہ کا امام بنائے!" شیخ عبدالرحمٰن السدیس فرماتے ہیں: "سبحان اللہ، شاید اللہ کو میری ماں کا غصے پر کنٹرول کرنا اتنا پسند آیا کہ اُس ربِ ذوالجلال نے میری ماں کی دعا کو قبولیت بخشی اور ایک دن آیا کہ میں امام کعبہ بن گیا۔"

1) غصے کی حالت میں خاموشی اختیار کرنا

(No Comments)

اگر انسان غصے کی حالت میں ہو یا کوئی اسے غصہ دلانے کی بھرپور کوشش کر رہا ہو تو ایسی صورت میں خاموشی بہترین حکمت عملی ہے جیسا کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

اِذَا غَضِبَ اَحَدُکُمْ فَلْیَسْکُتْ (مسند احمد) (2)

---

1) "غصہ کے برے نتائج اور علاج"، پروفیسر محمد یونس جنجوعہ، میثاق، 2010ء

2) مسند احمد، حدیث نمبر 2057۔ اِس حدیث کو امام بخاری نے الادب المفرد میں بھی روایت کیا ہے۔ شیخ البانی نے سلسلة الصحیحة میں اِس حدیث کو صحیح قرار دیا ہے۔

"جب تم سے کسی کو غصہ آئے تو چاہیے کہ وہ اُس وقت خاموشی اختیار کر لے۔"

(مسند احمد)

مغربی ممالک میں جب تفتیشی افسران (detectives) کسی کیس کی تفتیش میں مصروف ہوتے ہیں اور اس دوران میں اُن سے پریس کانفرنس والے ٹی وی اور اخبارات کے نمائندے اُس جرم کے کیس کے متعلق تفصیلات جاننے کی کوشش کرتے ہیں تو وہ تفتیشی افسران نہایت مختصر جواب دیتے ہیں "No Comments" یہ جواب خاموش رہنے کے متبادل ہے یعنی معاملے کے متعلق کوئی رائے دینے سے انکار۔ یہی حکمتِ عملی ہمیں غصے کی صورت میں اختیار کرنی چاہیے۔ غصے یا جھگڑے کے وقت جو خاموش رہتا ہے وہ سلامتی میں رہتا ہے اور جو سلامتی میں رہتا ہے وہ نجات پاتا ہے۔

اِس دنیا میں زبانی جھگڑے یا بحث مباحثے کی سب سے زیادہ نوبت میاں بیوی کے تعلقات میں آتی ہے۔ میاں بیوی کا ہر وقت کا تعلق ہوتا ہے اور ساتھ رہنے میں بعض معاملات میں اختلاف ہو جانا قدرتی بات ہے۔ اگر میاں بیوی دونوں اُس مسئلے پر ٹھنڈے دل سے گفتگو کریں تو غصہ چڑھنے اور پھر شدید تلخ کلامی کی نوبت نہیں آئے۔ بعض اوقات سسرال کے کسی مسئلے کو اپنی انا کا مسئلہ بنا کر شوہر کوئی ایسی بات کہہ دیتا ہے جس سے بیوی غصے میں آ کر شوہر کی پرانی نیکیوں کو بھی بھلا دیتی ہے اور حدیث نبوی کے الفاظ میں شوہر سے یہ کہہ دیتی ہے کہ "تم نے کبھی زندگی میں میرے سے کوئی بھلائی کی ہی نہیں۔" خاوند حضرات بیوی کے اِس طعنے کو سچ سمجھ کر شدید غضب اور غصے کا شکار ہو جاتے ہیں حالانکہ جب بھی بیوی اپنے خاوند کو اگر ایسا طعنہ دے تو اُس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ خاوند نے صرف اُس وقت اُس کے ساتھ بھلائی نہیں کی یا صرف اُس وقت بیوی کی مرضی کے خلاف کوئی کام کیا ہے۔ الغرض ایسے جھگڑے، میاں بیوی دونوں کے اپنے جسم پر جبکہ اُن کے بچوں کے ذہنوں پر نہایت برے اثرات مرتب کرتے ہیں۔

اگر میاں بیوی میں سے کسی ایک نے بھی غصے کی حالت میں خاموشی اختیار کی ہوتی تو یہ نوبت کبھی نہ آتی۔ بعض اوقات گفتگو کا موضوع بدل جانے کی صورت میں بھی شیطان بہت سے جھگڑے کروانے میں ناکام ہو جاتا ہے۔ اس لیے غصے کی حالت میں گفتگو کا موضوع بدلنے کی کوشش کریں۔ یاد رکھیں کہ شیر (Lion) جنگل کا بادشاہ ہے اور سب سے طاقتور جانور لیکن اُس کا طریقہ جنگل کے دوسرے جانوروں سے جھگڑا کرنا نہیں بلکہ اعراض کرنا (avoidance) ہے۔

میاں بیوی کے معاملات میں مرد حضرات کو اپنے غصے پر کنٹرول کی سب سے زیادہ ضرورت ہے کیونکہ انھیں اللہ نے گھر کا سربراہ بنایا ہے۔ پورے دن عورت اپنے بچوں کے ساتھ کھپتی رہتی ہے تو جب شام کو خاوند گھر آتا ہے تو وہ اپنا غصہ اُس پر نکالنے کی کوشش کرتی ہے۔ اُس وقت مرد حضرات کو خاموشی، اعراض اور گفتگو کا موضوع بدلنے سے مدد لینی چاہیے۔

اپنی بیویوں کی تلخ کلامی اور جھگڑے میں غصہ کی وجہ سے مرد حضرات یہ بھول جاتے ہیں کہ عورتوں کو اللہ تعالیٰ نے بہت اعلیٰ لفظی صلاحیتیں (superior verbal qualities) عطا کی ہیں تاکہ وہ بچوں سے مسلسل بات چیت اُن کی پرورش کے دوران کر سکیں۔ لڑائی کے دوران مرد حضرات یہ سمجھتے ہیں کہ وہ بیوی کے طعنوں کا جواب طعنوں سے دے لیں گے لیکن حقیقت میں وہ جوابی طعنے دے کر بیوی کو صرف مزید طعنوں کے لئے ایندھن (verbal fuel) مہیا کر رہے ہوتے ہیں۔ اسکے برعکس اگر وہی مرد حضرات خاموشی سے اپنی بیوی کے طعنے سن لیں تو ہو سکتا ہے کہ کچھ دیر کے بعد "مسلسل جذباتی تقریر" کرنے کی وجہ سے خود ہی بیوی کا غصہ ٹھنڈا ہو جائے اور اُسے اپنے کیے پر پشیمانی شروع ہو جائے۔ یہ بھی یاد رہے دوسری صورت بھی ممکن ہے جس میں بعض مرد حضرات، عورتوں سے بھی زیادہ چرب زبان ہوتے ہیں۔ ایسی صورت میں بیوی کو اپنے خاوند کے مقابلے میں یہی حکمت عملی (Strategy) اختیار کرنی چاہیے

جو اوپر بیان ہوئی ہے۔

پھر خاوند حضرات کو یہ بات بھی یاد رکھنی چاہیے کہ علم الحیاتیات (Human Physiology) کی تحقیقات سے پتہ چلتا ہے کہ ایامِ ماہواری (menstrual periods) میں عورت کے اندر کئی جسمانی تغیرات ہوتے ہیں۔حیض شروع ہونے سے تقریباً ایک ہفتہ پہلے جنسی ہارمون پروجیسٹرون (Progestrone) اور ایسٹروجین (estrogen) کا لیول جسم میں انتہائی حد تک گر جاتا ہے۔ایسی حالت میں بیشتر خواتین میں مزاج کی شدید تبدیلی، چڑچڑاپن اور جھگڑالوپن پیدا ہو جاتا ہے۔اور ایسی صورت میں وہ خاوند سے ایک ضدی بچے کی طرح چھوٹی چھوٹی باتوں پر جھگڑا کرنے کی کوشش کرتی ہیں۔علاوہ ازیں، ایسی حالت میں انھیں اپنے جسم پر مکمل کنٹرول حاصل نہیں ہوتا اور آسانی سے کھانے میں نمک یا مرچ زیادہ ڈالنے کی غلطی کر سکتی ہیں۔خواتین کو اِس طرح کی غلطیوں پر ملامت (Blame) نہیں کرنا چاہیے۔

حیض شروع ہونے سے تقریباً ایک ہفتہ پہلے (PMS=Premenstrual Syndrome) عام حالات میں بھی خواتین کی اکثریت کو اعضاء شکنی، اعصابی کمزوری، ہضم کی خرابی، سستی، ڈپریشن، رونے کو جی چاہنا، آدھے سر کا درد، تکان، غنودگی جیسی علامات سے واسطہ پیش آتا ہے۔ تاہم 25 فیصد خواتین میں PMS کی علامات اُن کے جسم میں شدید حد تک ظاہر ہوتی ہیں اور 10 فیصد خواتین میں تو PMS کی علامات اِس حد تک پہنچ جاتی ہیں کہ وہ جرائم اور خودکشی تک کر گزرتی ہیں۔یہی وجہ ہے کہ فرانس کے قانونِ سزا و جرم میں PMS کی حالت کو عارضی پاگل پن (Temporary Insanity) کی قسم میں رکھا گیا ہے۔

ایک تحقیق میں تو یہاں تک دریافت ہوا کہ PMS اور ایام ماہواری میں تقریباً 50 فیصد خواتین کو نفسیاتی یا میڈیکل وجوہات کی بناء پر ہسپتالوں میں داخل کیا جاتا ہے جو اس بات کا ثبوت ہے کہ ایام ماہواری سے چند دن قبل اور اُس دوران کے ایام میں خواتین کی ذہنی حالت نارمل نہیں ہوتی۔ (1)

اسی طرح یہ مشاہدہ بھی سامنے آیا کہ خواتین قیدیوں میں سے 50 فیصد سے جرائم حالتِ حیض میں سرزد ہوئے کیونکہ وہ اس وقت اپنے قابو میں نہیں تھیں۔ ڈاکٹر وائن برگ (Weinberg) اپنے مشاہدات کی بناء پر لکھتا ہے کہ خودکشی کرنے والی عورتوں میں 50 فیصد ایسی پائی گئی ہیں جنہوں نے حالت حیض میں یہ فعل کیا ہے۔ اسی بناء پر ڈاکٹر کرافٹ ایبنگ (Kraft Ebing) کی رائے یہ ہے کہ بالغ عورتوں پر جب کسی جرم کی پاداش میں مقدمہ چلایا جائے تو عدالت کو اس امر کی تحقیق کر لینی چاہیے کہ آیا جرم کہیں حالت حیض میں تو نہیں کیا گیا۔ (2)

مرد حضرات کو عورتوں کی اِس کمزوری کا علم ہونا چاہیے اور ایسے موقعوں پر بیوی کے طعنے اور اشتعال دینے کے باوجود وہ کوشش کریں کہ غصے میں نہ آئیں اور درگزر اور اعراض سے کام لیں۔ گفتگو کا موضوع بدلنے کی کوشش کریں۔ کچھ دیر کے لیے کمرے سے باہر چلے جائیں پھر کمرے میں دوبارہ داخل ہوں تو بیوی سے گفتگو اِس طرح شروع کریں کہ کچھ دیر پہلے کچھ ہوا ہی نہیں تھا (یعنی آپ نے کچھ کہا نہیں، ہم نے کچھ سُنا نہیں!!)۔

---

1) Stone, M.H. (1982) "Premenstrual tension in borderline and related disorders", Behaviour and the Menstrual Cycle, R.C. Friedman (ed.) . New york. Dekker: pp. 317-343.

2) Lapinsky (n.d.) The development of personlity in Women. London.

2) غصے کی حالت میں وضو کرنا۔

حضرت عطیہ بن عروہ السعدیؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے غصے کی حالت کا درج ذیل علاج تجویز فرمایا:

اِنَّ الْغَضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ وَاِنَّ الشَّيْطَانَ خُلِقَ مِنَ النَّارِ وَاِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ بِالْمَاءِ فَاِذَا غَضِبَ اَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ

(سنن ابو داؤد) (1)

''غصہ شیطان کے اثر سے آتا ہے اور شیطان کا مادہ تخلیق آگ ہے اور آگ پانی سے بجھائی جاتی ہے' لہذا تم میں سے جب کسی کو غصہ آئے تو اس کو چاہیے کہ وہ وضو کر لے۔''

غصے کی حالت میں جب آدمی وضو کر لیتا ہے تو اُس کے جسم پر پانی پڑنے سے اُس کے جسم کا درجہ حرارت (body temperature) (جو غصے کی حالت میں بڑھ گیا ہوتا ہے) واپس نارمل حالت میں آجاتا ہے۔ جسم کی گرمی زائل ہوتی ہے تو بندے کا مزاج پُرسکون ہو جاتا ہے۔ یہ ایک میڈیکل حقیقت ہے۔ یہی وجہ ہے کہ شدید بخار میں جسم کے درجہ حرارت کو کم کرنے کے لئے انسان کے ہاتھوں پاؤں (extremeties) اور چہرے پر پانی ڈالا جاتا ہے۔ چنانچہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے غصے کو وضو سے ٹھنڈا کرنے کا حکم دیا ہے۔ اسی طرح وہ بندہ جس کی کسی سے بحث ہو رہی ہے جب وضو کے لیے اسی جگہ کو چھوڑ کر غسل خانے میں وضو کرنے جائے گا تو قدرتی طور پر وہ خاموشی بھی اختیار کر لے گا کیونکہ اُس نے وہ جگہ چھوڑ دی تھی۔

---

1) سنن ابی داؤد، کتاب الادب، باب مایقال عندالغضب۔ اِس حدیث کی تخریج پہلے گزر چکی ہے۔

3) غصے کی حالت میں بیٹھ جانا یا لیٹ جانا...... ایک سائنسی تحقیق کی روشنی میں

رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

اِذَا غَضِبَ اَحَدُ کُمْ وَھُوَ قَائِمٌ فَلْیَجْلِسْ فَاِنْ ذَھَبَ عَنْہُ الْغَضَبُ وَاِلَّا فَلْیَضْطَجِعْ (سنن ابی داؤد، کتاب الادب) (1)

''جب تم میں سے کسی کو غصہ آئے اور وہ کھڑا ہو تو بیٹھ جائے۔ پس اگر بیٹھنے سے غصہ جاتا رہے تو ٹھیک ہے اور اگر پھر بھی غصہ باقی رہے تو تمھیں چاہیے کہ تم لیٹ جاؤ''۔

اِس حدیث سے ہمیں پتہ چلتا ہے کہ جسمانی ہیئت (body position) بدلنے سے بھی غصہ کم کیا جا سکتا ہے۔ رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی اِس نصیحت کو انسانیت 1400 سال کے بعد آج صحیح طور پر سمجھ پائی ہے۔ حال ہی میں امریکہ کے Journal of Psychological Science کے اکتوبر 2009ء کے شمارے میں ایک بہت ہی دلچسپ ریسرچ شائع ہوئی ہے جس میں یہ دریافت ہوا ہے کہ جب ہم لیٹے ہوئے ہوں تو ہمیں کسی ناخوشگوار بات پر اِس طرح غصہ نہیں آتا بہ نسبت جب ہم کھڑے ہوئے ہوں۔ یہ تحقیق امریکی ریاست ٹیکساس کی اے اینڈ ایم یونیورسٹی (Texas A & M University) کے Department of Psychology کے دو سائنسدانوں ایڈی جانز (Eddie Hornon Jones) اور کارلی پیٹرسن (Carly K. Peterson) نے 46 رضاکاروں پر کی جن میں

---

1) اِس حدیث کو امام ابوداؤد نے صحیح قرار دیا ہے۔ اِس حدیث کے متعلق ابن حجر عسقلانی نے اپنی کتاب الامالی المطلقۃ (مطبوعہ بیروت، المکتب لاسلامی 1995ء) میں لکھا ہے: ''ھٰذَا حَدِیْثٌ حَسَنٌ''۔ علاوہ ازیں، امام ابن حبان نے بھی اِس حدیث کو اپنی صحیح ابن حبان (نمبر 5688) میں روایت کیا ہے۔

سے 23 مرد تھے اور 23 عورتیں۔ ای ای جی یعنی "Electroencephalography" "ایک میڈیکل تکنیک ہے جس کے ذریعے دماغ کی برقی حرکت (Electrical Activity) کو ناپا جاسکتا ہے۔ ماضی میں بہت سے سائنسدانوں نے EEG کے ذریعے یہ دریافت کیا تھا کہ غصے کی حالت میں دماغ کا سامنے کا بایاں حصہ (Left Prefrontal Cortex) متحرک ہو جاتا ہے۔ **(1)**

چنانچہ اس حالیہ تکنیک میں ڈاکٹر ایڈی اور ڈاکٹر پیٹرسن نے رضا کاروں کے سروں پر EEG کے electrodes لگائے تا کہ ان کے غصے کی حالت کھڑے ہوئے اور لیٹے ہوئے ناپ سکیں۔ **(2)**

جن رضا کار مردوں عورتوں (Experimental Subjects) نے اس تحقیق میں حصہ لیا اُن کو یہ بتایا نہیں گیا تھا کہ اُن کا غصہ چیک کرنے کے لیے انھیں تجربے میں شامل کیا گیا ہے۔ اُن رضا کاروں کو کہا گیا کہ وہ کسی اہم اختلافی موضوع (مثلاً سیاست) پر اپنے خیالات قلمبند کریں پھر EEG مشین کی تاروں کو اُن لوگوں کے سروں پر لگا دیا گیا اور انھیں بتایا کہ ساتھ والے کمرے سے کوئی شخص اُن کے لکھے ہوئے خیالات پر اپنی رائے دیگا۔ اُن میں سے بعض رضا کاروں کو کھڑا رہنے کو کہا گیا جبکہ بعض کو لیٹے رہنے کو کہا گیا۔ پھر ساتھ والے کمرے سے سپیکر پر اُن میں سے ہر ایک رضا کار مرد یا عورت کو اُس کے لکھے ہوئے مضمون کے متعلق تبصرہ سنایا گیا جس میں اُن کی ذہانت، اختلافی موضوع کے متعلق معلومات اور تجزیہ کرنے کی صلاحیت کے متعلق تحقیر آمیز الفاظ (insulting comments) انھیں سنائے گئے۔

---

1) Carver, C.S. & Harmon-Jones, E. (2009) "Anger is an approach related effect: Evidence and implications." Psychological Bulletin, Vol. 135, 183-204.

2) Harmon Jones, Eddie & Peterson, Carly K. (Oct. 2009) "Supine Body Position Reduces Neural Response to Anger Evocation" Psychological Science. Vol. 20 (10) PP.1209-10

چنانچہ جن رضا کاروں نے اپنی یہ توہین لیٹ کر سُنی اُنھیں بہت کم غصہ چڑھا اور غصہ کی صورت میں ردِعمل کرنے والے دماغ کے حصے اُن کے دماغوں میں متحرک نہیں ہوئے۔ اس کے برعکس جن مردوں اور خواتین رضا کاروں نے اپنے خیالات اور تحریر کے متعلق یہ توہین کھڑے ہوکر سُنی اُنھیں بہت غصہ چڑھا اور اُن کے دماغ کی EEG سے پتہ چلا کہ اُن کے دماغ کے غصہ کی صورت میں ردِعمل کرنے والے حصہ (Angry Brain Reaction Centers) فوراً متحرک ہوگئے۔ اِس تحقیق سے سائنسدانوں کو اب پتہ چلا ہے کہ بیٹھنے یا لیٹ جانے کی صورت میں ہمارا دماغ جذبات کے ساتھ مختلف انداز سے معاملہ کرتا ہے بہ نسبت کھڑے ہونے کی حالت کے۔

آج کئی سو سال بعد سائنس اُس نتیجے پر پہنچی ہے جس کی خبر نبی آخرالزمان صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمیں دی تھی کہ جب ہم غصے کی حالت میں ہوں اور کھڑے ہوں تو بیٹھ جائیں اور اگر بیٹھنے سے غصہ کم نہیں ہوتا تو لیٹ جائیں۔ سبحان اللہ۔ صَدَقَ اللّٰہُ الْعَظِیْم وَصَدَقَ رَسُوْلُ الْکَرِیْم صلی اللہ علیہ وسلم (اللہ نے سچ فرمایا ہے اور اس کے رسولؐ نے سچ فرمایا ہے)

امریکہ کی ریاست میری لینڈ کے صحت کے ادارے NIMH یعنی (National Institute of Mental Health) میں دماغی تصاویر (brain images) پر تحقیق کرنے والے سائنسدان پیٹر بینڈیٹینی (Peter Bandettini) نے اِس تحقیق پر تبصرہ کرتے ہوئے کہا:

"It never occurred to me that body position might influence behavioural or neuronal activity in the context of aggression but it makes sense. I do think that this is somewhat specialised to things like aggression or anger."

’’مجھے کبھی اِس بات کا خیال نہ آیا کہ جسم کی پوزیشن کا ہمارے اخلاق یا دماغی حرکات پر اثر ہو سکتا ہے لیکن بات سمجھ میں آتی ہے۔ میرا یہ خیال ہے کہ یہ چیز صرف غصے جیسے جذبات کے ساتھ مخصوص ہے (یعنی کھڑے ہو کر زیادہ غصہ چڑھنا جبکہ لیٹ کر غصہ بہت کم آنا)‘‘۔ (1)

1) Alleyne, Richard (12 Aug, 2009) "Insults are better taken lying down, claim scientists: Taking insults lying down may hurt your pride but it is less likely to make you angry, claim scientists." Telegraphy Daily (U.K) Science News.

باب نمبر 6

دل کی دیگر روحانی بیماریاں

جس طرح مضر اور ناقص غذا سے جسمانی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں، اسی طرح گناہ اور بُرے کام کرنے سے انسانی دل اور جسم کو روحانی بیماریاں لگ جاتی ہیں۔ گناہ کرنے سے انسانی نفس کی فوری تسکین تو ہو جاتی ہے لیکن اِس دنیا کی ہر شے فانی ہے۔ گناہ کی لذت بہت جلد ختم ہو جاتی ہے لیکن اُس کی سزا باقی رہ جاتی ہے۔ حضرت عثمان بن عفانؓ کے درج ذیل اشعار میں اِس حقیقت کو بڑی خوبصورتی کے ساتھ سمو دیا گیا ہے:

تَفْنَی اللَّذَاذَةُ مِمَّنْ نَالَ صَفْوَتَهَا
مِنَ الْحَرَامِ وَيَبْقَى الْإِثْمُ وَالْعَارُ
تَبْقَى عَوَاقِبُ سُوْءٍ فِي مَغَبَّتِهَا
لَاخَيْرَ فِی لَذَّةٍ مِن بَعدِهَا النَّارُ

"جس نے سب سے مزیدار حرام کام کیا اُس کی لذتیں بھی بالآخر ختم ہو گئیں لیکن گناہ اور اُس کی شرمندگی باقی رہ گئے۔

انسان کو اُس کے گناہوں کا نتیجہ بھگتنا پڑتا ہے
ایسی حرام لذت کا کیا فائدہ جس کا انجام آگ ہو۔"(1)

اِس باب میں دل کی بعض دیگر روحانی بیماریوں اوراُن کے علاج کا ذکر کیا جاتا ہے:

حسد (Envy)

رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

اِیَّاکُمْ الْحَسَدُ فَاِنَّ الْحَسَدَ یَاْکُلُ الْحَسَنَاتُ کَمَا تَاْکُلُ النَّارُ الْحَطَبَ (سنن ابوداؤد) **(2)**

"حسد سے بچو، بیشک حسد نیکیوں کو اِس طرح کھا جاتا ہے جس طرح آگ خشک لکڑیوں کو۔"

اسی طرح دوسری حدیث میں فرمایا:

لَایَجْتَمِعُ فِی جَوْفِ عَبْدٍ اَلْاِیْمَان وَالْحَسَدُ

(صحیح ابن حبان. البیھقی) **(3)**

"بندے کے سینے میں ایمان اور حسد جمع نہیں ہوسکتے۔"

---

1) شاکرمحمود، ترغیب والترھیب فی شعر صدر الاسلام، مطبوعہ مصر

2) یہ حدیث ابوھریرہؓ نے روایت کی۔ امام ابوداؤد نے اِس حدیث کے بارے میں خاموشی اختیار کی ہے اور اپنے "رسالۃُ ابی داؤد الی اَھْلِ مَکَّۃ" میں انھوں نے واضح کیا تھا کہ جس حدیث کے بارے میں وہ سکوت اختیار کریں وہ حدیث صالح ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں، ابن حجر عسقلانی نے تخریج مشکوۃ المصابیح میں اِس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔

3) اِس حدیث کو شیخ ناصرالدین البانی نے صحیح الجامع میں صحیح قرار دیا ہے (نمبر 7620)

یہی وجہ ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے مسلمان اُمت کو تجارت (business transactions) میں مقابلہ بازی (cut-throat competition) سے منع کیا جس کی تہہ میں حسد ہی کا جذبہ کارفرما ہوتا ہے:

لَا تَحَاسَدُوا وَلَاتَنَاجَشُوْا وَلَاتَبَاغَضُوْا وَلَاتَدَابَرُوْا وَلَايَبِعْ بَعْضُكُمْ عَلٰى بَيْعِ بَعْضٍ وَكُوْنُوْا عِبَادَ اللّٰهِ اِخْوَانًا ، اَلْمُسْلِمُ اَخُو الْمُسْلِمِ لَايَظْلِمُهٗ وَلَايَخْذُلُهٗ وَلَا يَكْذِبُهٗ وَلَايَحْقِرُهٗ ، اَلتَّقْوٰى هٰهُنَا وَيُشِيْرُ اِلٰى صَدْرِهٖ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ ، بِحَسْبِ امْرِئٍ مِنَ الشَّرِّ اَنْ يَحْقِرَ اَخَاهُ الْمُسْلِمَ، كُلُّ الْمُسْلِمِ عَلَى الْمُسْلِمِ حَرَامٌ دَمُهٗ وَمَالُهٗ وَعِرْضُهٗ (رواہ مسلم)

"آپس میں حسد مت کرو۔ قیمتوں کو (ذخیرہ اندوزی وغیرہ کرکے) مت چڑھاؤ، ایک دوسرے سے نفرت مت کرو، ایک دوسرے سے قطع تعلق مت کرو اور بزنس میں ایک دوسرے کی جڑیں مت کاٹو۔ مسلمان دوسرے مسلمان کا بھائی ہے نہ اُس پر ظلم کرتا ہے نہ ہی اُس کی تذلیل کرتا ہے۔ تقوی یہاں ہے اور آپؐ نے اپنے سینہ مبارک کی طرف 3 مرتبہ اشارہ کیا۔ ایک مسلمان کی برائی کے لیے یہی چیز کافی ہے کہ تم دوسرے مسلمان کو حقیر جانو۔ ہر مسلمان کا دوسرے مسلمان پر خون، مال اور عزت وآبرو حرام ہیں۔"

حسد کا مطلب یہ ہے کہ کسی شخص کو اللہ نے جو نعمت یا خوبی یا فضیلت عطا فرمائی ہے اُس پر کوئی دوسرا شخص جلے اور وہ یہ خواہش کرے کہ وہ اُس سے چھن کر حاسد کو مل جائے یا کم از کم اُس سے ضرور چھن جائے۔ البتہ حسد کی تعریف میں یہ بات نہیں آتی کہ کوئی شخص یہ چاہے کہ جو فضل دوسرے کو ملا ہے وہ مجھے بھی مل جائے۔

حسد دل کی نہایت مہلک بیماری ہے۔ حسد ایک ایسا انسانی جذبہ ہے جو انسانی فطرت اور پوری دنیا کے معاشروں میں ہمیشہ سے موجود رہا ہے۔ حسد ہی شیطان کا بنیادی مسئلہ تھا۔

شیطان نے اللہ کے سامنے آدم کو سجدہ کرنے سے انکار اسی لیے کیا تھا کہ اُسے آدمؑ سے حسد تھا۔ چنانچہ یہ آسمان میں برائی کا پہلا ظہور (Manifestation) یا واقعہ تھا۔ اسی حسد کی وجہ سے شیطان نے تکبر کیا اور پھر اللہ کے حکم کی نافرمانی بھی کی۔ شیطان کے حضرت آدمؑ اور حواؑ سے حسد کا بالآخر انجام آدمؑ اور حواؑ کا جنت سے نکلنے کی صورت میں نکلا اور اُنھیں زمین پر آنا پڑا۔

زمین پر بھی برائی کے ظہور کا پہلا واقعہ یعنی ہابیل کا قابیل کے ہاتھوں قتل ہونا حسد ہی کی وجہ سے تھا۔ چنانچہ انسانی تاریخ کے پہلے قتل کا سبب حسد تھا۔ آدمؑ کا بیٹا قابیل اپنے بھائی ہابیل کے اللہ کے ہاں مقام اور اُس کی قربانی کی اللہ کے ہاں مقبولیت کی وجہ سے ہابیل سے حسد میں مبتلا ہوگیا اور بالآخر قابیل نے ہابیل کو قتل کر ڈالا۔

اسی طرح حضرت یوسفؑ کے سوتیلے بھائیوں کو بھی یوسفؑ سے اِس لیے حسد ہوگیا تھا کہ اُن کے والد حضرت یعقوبؑ اُن کے مقابلے میں یوسفؑ سے زیادہ محبت کرتے تھے۔ اسی حسد کی جاہلانہ آگ میں جلتے ہوئے انھوں نے حضرت یوسفؑ کو اندھے کنویں میں پھینک دیا اور واپس آکر والد کو بتایا کہ یوسفؑ کو بھیڑیا کھا گیا ہے۔

حسد ہی کی وجہ سے مکہ کے سرداروں نے رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی رسالت پر ایمان لانے سے انکار کردیا۔ بنو امیہ کو یہ تکلیف تھی کہ نبوت بنو ہاشم میں کیوں آگئی۔ سردارانِ قریش مثلاً ابوجہل، امیہ، ولید بن مغیرہ، عتبہ، شیبہ وغیرہ کو اِس بات پر حسد تھا کہ اللہ نے آخر نبوت کے لیے یَتِیْمُ بَنِی هَاشِم یعنی حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کو کیوں چنا اور ہمیں کیوں نہ منتخب کیا۔ چنانچہ مکہ اور طائف کے سرداروں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی نبوت پر حسد کی وجہ سے ایمان لانے سے انکار کردیا۔

حسد کی اسی تباہ کن صفت کی وجہ سے سورہ الفلق میں آتا ہے:

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ○ مِن شَرِّ مَا خَلَقَ ○ وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا

وَقَبَ ○ وَمِن شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ○ وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ○ (سورہ الفلق)

''کہو میں پناہ مانگتا ہوں صبح کے رب کی ہر اُس چیز کے شر سے جو اُس نے پیدا کی ہے،
اور رات کی تاریکی کے شر سے جب کہ وہ چھا جائے اور گرہوں میں پھونکنے والوں
(یا پھونکنے والیوں) کے شر سے اور حاسد کے شر سے جب کہ وہ حسد کرے۔''

اِس سورت کے آخر میں حاسد کے شر سے اللہ کی پناہ مانگی گئی ہے جب کہ وہ حسد کرے یعنی اپنے دل کی آگ بجھانے کے لیے قول یا عمل سے کوئی اقدام کرے یا اُس کی بری نظر (evil eye) سے انسان کو کچھ نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہو۔

جرمن ماہر عمرانیات ہیلمٹ شوئک (Helmut Schoeck) نے ایک ماہر عمرانیات (Sociologist) کی حیثیت سے انسانوں اور معاشروں میں پائے جانے والے حسد کے جذبے پر تحقیق کی اور اس موضوع پر ایک ضخیم کتاب تصنیف کی جس کا عنوان ہے Envy: A Theory of Social Evolution ڈاکٹر ہیلمٹ شوئک کے مطابق:

"Envy is a drive which lies at the core of man's life as a social being....[an] urge to compare oneself invidiously with others."

''حسد کو ایک ایسی قوت سے تعبیر کیا جا سکتا ہے جو انسان کے معاشرتی وجود کا حصہ ہے،
دوسروں سے اپنے آپ کا حسد انگیز انداز میں مقابلہ کرنے کی خواہش۔''

ڈاکٹر شوئک بیان کرتا ہے کہ حسد ایک جذبے کی حیثیت سے کم یا زیادہ مقدار میں ہر شخص میں موجود ہوتا ہے۔ ڈاکٹر شوئک اِس کی مثال کے طور پر بچپن میں بہن بھائیوں میں آپس کا مقابلہ اور لڑائیاں (sibling rivalry) کو پیش کرتا ہے۔ تاہم ڈاکٹر شوئک

(Helmut Schoeck) اپنا مشاہدہ بیان کرتا ہے کہ گو حسد کا جذبہ فطری طور پر انسان میں موجود ہوتا ہے لیکن اگر یہ بڑھ جائے یا کسی وجہ سے کنٹرول سے باہر ہو جائے تو یہ نہایت تباہ کن (destructive) ثابت ہوتا ہے اور کسی معاشرے کے مہذب بننے کی طاقت (civilizing power) کا انحصار اِس بات پر ہوتا ہے کہ وہ کس حد تک اپنے لوگوں میں اس جذبے پر لگام لگاتا ہے۔ڈاکٹر شوئک کے مطابق جدید زمانے میں بہت سے معاشرتی عوامل (social forces) اس حسد کے جذبے کو بے لگام گھوڑے کی طرح آزاد کر رہے ہیں۔ وہ اپنی کتاب میں لکھتا ہے:

This public self-justification of envy is something entirely new. In this sense it is possible to speak of an age of envy.... We are thus confronted by an antimony, an irreconcilable contradiction: Envy is an extremely anti-social and destructive emotional state, but it is, at the same time, the most completely socially oriented.

Now, the twentieth century has gone further toward the liberation of the envious man, and toward raising envy to an abstract social principal, than any previous society since the primitive level, because it has taken seriously several ideologies of which envy is the source and which it feeds in precisely the degree to which those ideologies raise false hopes of an ultimate envy-free society. And in the twentieth century, too, for the first time, cetain societies have grown rich enough to nourish the illusion that they can afford the luxury of buying the good will of the envious at ever steeper prices." **(1)**

1) Schoeck, Helmut (1969) Envy: A Theory of Social Behaviour Indianapolis (USA) , Liberty Fund Press.

''ایک لحاظ سے موجودہ دور کو ''حسد کا زمانہ'' کہا جا سکتا ہے۔ چنانچہ ہمیں ایک متضاد اور نا قابلِ حل معمہ درپیش ہے۔ حسد ایک طرف تو انتہائی تباہ کن اور معاشرے کا دشمن جذبہ ہے لیکن دوسری طرف یہ معاشرے میں ہر جگہ پایا بھی جاتا ہے۔
اب بیسویں صدی حسد کرنے والے ہر انسان کو آزاد کرنے میں بہت آگے نکل گئی ہے۔ اب بیسویں صدی نے حسد کو بڑھا چڑھا کر ایک معاشرتی اصول کا درجہ دے دیا ہے جو کوئی قدیم معاشرہ نہ کر سکا تھا کیونکہ جدید مادہ پرستانہ دور نے ایسے بہت سے تصورِ حیات اپنا لیے ہیں جن کی بنیاد ہی انسانوں کے آپس میں حسد پر ہے اور بیسویں صدی میں ہی پہلی بار بعض معاشرے اتنے دولتمند ہو گئے ہیں کہ اس فریب نظر کو قائم رکھ سکیں کہ وہ حسد کرنے والے لوگوں کی خواہشات کو مہنگے سے مہنگے داموں خریدنے کی سکت رکھتے ہیں۔''

آپ غور فرمائیں کہ جرمن ماہر عمرانیات ڈاکٹر ہیلمٹ شوئک کے مطابق موجودہ دجالی دور کو ''حسد کا دور'' (Age of Envy) کہا جا سکتا ہے اور بیسویں صدی نے معاشروں اور انسانوں میں حسد کو اُس مقام تک پہنچا دیا ہے جو پچھلی کوئی تہذیب نہ کر سکی۔ یہی تو وجہ ہے کہ رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمیں متنبہ کر دیا تھا کہ دجالی دور سب سے خطرناک دور ہے، جس دور میں مادیت پرستی کو ایک فلسفہء زندگی کے طور پر پیش کیا جائے گا اور پھر ٹیکنالوجی کی مدد سے اُسے ہر گھر تک پہنچا دیا جائے گا۔

مَا بَیْنَ خَلْقِ اٰدَمَ عَلَیْہِ السَّلَامِ اِلٰی قِیَامِ السَّاعَۃِ خَلْقٌ اَکْبَرُ مِنَ الدَّجَّالِ (صحیح مسلم عن زھیر بن حرب)

''آدمؑ کی پیدائش سے لے کر قیامت قائم ہونے تک دجال کے ظاہر ہونے سے بڑا کوئی واقعہ نہیں۔''

آج کے مادہ پرستانہ دور میں میڈیا اور اشتہار کی صنعت (Advertisement industry) کی بدولت جسم کو زیادہ سے زیادہ آرام دینے والی چیزوں اور گھروں کی نمود و نمائش کی چیزوں کو گھر میں جمع کرنے کی خواہش کی وجہ سے لوگوں کی آپس میں حسد کرنے میں دوڑ لگی ہوئی ہے۔ آج جب مسلمان فیملی کسی دوسری فیلی کے گھر سے واپس آتی ہےتو بیویاں اور بچے اپنے گھر کے سربراہ مرد سے ہر اُس دنیاوی چیز کی خواہش کرتے ہیں جو انھوں نے دوسرے کے گھر میں کچھ دیر پہلے دیکھی ہوتی ہیں۔ بعض اوقات مرد بیچارہ بھی کیا کرے کہ وہ خود دنیا کی دلدل میں گھٹنوں گھٹنوں تک پھنسا ہوا ہوتا ہے۔ پھر ٹی وی اور رسالوں میں انسانی جسم کی تسکین کے لیے جو اشتہارات پیش کیے گئے ہوتے ہیں انھیں اشتہاری کمپنیوں کے لئے کام کرنے والے ماہرین نفسیات لوگوں نے بنایا ہوتا ہے جو یہ اچھی طرح جانتے ہیں کہ مردوں کی کمزوریاں کیا ہیں، خواتین کی کمزوریاں کیا ہیں، نوجوانوں یا بچوں کی کمزوریاں کیا کیا چیزیں ہیں؟ یہ دنیاوی مصنوعات کے اشتہارات دیکھ کر دیکھنے والوں کے تن بدن میں آگ لگ جاتی ہے اور پھر اُن جسمانی لذت کی چیزوں کے حصول کی جدوجہد شروع ہو جاتی ہے۔ پھر غفلت میں رکھتی ہے کثرت کی ہوس حتیٰ کہ انسان اپنی قبر تک پہنچ جاتا ہے:

اَلْهٰكُمُ التَّكَاثُرُo حَتّٰى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَo (سورہ التکاثر: 1,2)

”تم لوگوں کو [حسد کی وجہ سے] ایک دوسرے سے بڑھ کر، زیادہ سے زیادہ دنیا حاصل کرنے کی دھن نے غفلت میں ڈال رکھا ہے یہاں تک کہ تم قبر تک پہنچ جاتے ہو۔“

یہ درست ہے کہ حسد ایک فطری جذبہ ہےلیکن اسلام ہمیں اس جذبے کا صحیح استعمال کرنا سکھاتا ہے۔ اسلام ہم پر یہ واضح کر دیتا ہے کہ اگر ہم نے آپس میں مقابلہ کرنا ہی ہے تو ہمیں اللہ تعالیٰ کی زیادہ سے زیادہ رضا حاصل کرنے میں آپس میں مقابلہ کرنا چاہیے۔ قرآن میں اللہ تعالیٰ نے جنت کی نعمتوں کا ذکر کر کے ارشاد فرمایا ہے:

وَفِیْ ذٰلِکَ فَلْیَتَنَا فَسِ الْمُتَنَافِسُوْنَo (سورہ المطففین: آیت26)

''جو لوگ دوسروں پر بازی لیجانا چاہتے ہیں، وہ اس چیز (جنت اور آخرت میں کامیابی) کو حاصل کرنے میں بازی لے جانے کی کوشش کریں۔''

صحیح بخاری کی حدیث میں آتا ہے کہ حسد صرف دو ہی صورتوں میں جائز ہے ایک اُس شخص سے جسے قرآن کا علم عطا کیا ہو اور کوئی شخص اس نعمت کی خواہش کرے اور دوسرا وہ شخص جسے اللہ نے مال دیا ہو اور وہ شخص اللہ کے راستے میں خرچ کرتا ہو اور کوئی اور شخص اس جیسا بننے کی خواہش کرے۔ گویا کہ اسلام علم اور انفاق فی سبیل اللہ میں اللہ کی رضا زیادہ سے زیادہ حاصل کرنے کی خاطر اسلام، حسد کی اجازت دیتا ہے۔ یقیناً یہ حسد، دنیا کی چیزوں کے لیے حسد سے بہت مختلف ہے۔

تکبر (Arrogance)

تکبر (غرور) دل کی مہلک ترین بیماریوں میں سے ایک ہے۔ تکبر انسان کے اپنے آپ کو دوسروں سے بہتر سمجھنے اور خود پسندی (Egotism) کی وجہ سے وجود میں آتا ہے۔ انگریزی زبان میں بھی "To arrogate" کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ کسی چیز کے متعلق غلط دعویٰ کیا جائے۔ متکبر شخص اس بات کا غلط دعویٰ کرتا ہے کہ اُس کے پاس قابلیت یا دولت یا وصف اُس کا اپنا کمال ہے حالانکہ سب کچھ اللہ تعالیٰ کا عطا کردہ ہے۔ اسی گھمنڈ میں وہ شخص دوسرے لوگوں کو حقیر سمجھنے لگ جاتا ہے۔ قرآن و حدیث میں تکبر کی شدید وعید (Warning) آئی ہے جیسا کہ قرآن میں آتا ہے:

وَلَاتُصَعِّرْ خَدَّکَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِی الْاَرْضِ مَرَحًا اِنَّ اللّٰہَ لَا

يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُوْرٍ ۝ (سورہ لقمان:18)

''لوگوں سے منہ پھیر کر بات نہ کر، نہ زمین میں اکڑ کر چل، اللہ کسی خود پسند اور فخر جتانے والے شخص کو پسند نہیں کرتا۔''

حدیث میں آتا ہے:

اَلا اُخْبِرُكُمْ بِاَهْلِ النَّارِ؟ كُلُّ عُتُلٍّ جَوَّاظٍ مُسْتَكْبِرٍ

(صحیح بخاری، کتاب تفسیر۔ صحیح مسلم، باب النار یدخلها الجبارون)

''کیا میں تمہیں جہنمیوں کی خبر نہ دوں؟ ہر سرکش، بخیل اور متکبر جہنمی ہے۔''

ایک حدیث قدسی میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے:

قَالَ اللّٰهُ عَزَّوَجَلَّ :اَلْعِزُّ اِزَارِیْ وَالْكِبْرِيَاءُ رِدَائِی، فَمَنْ يُنَازِعُنِیْ عَذَّبْتُهُ (صحیح مسلم، کتاب السر، باب تحریم الکبر)

''اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ عزت میرا پہناوا ہے اور تکبر میری چادر ہے، پس جو بھی اُن میں سے کوئی ایک چیز بھی مجھ سے کھینچے گا میں اُسے عذاب دوں گا۔''

تکبر کا ایک لازمی جزو دوسروں کو حقارت سے دیکھنا ہے جیسا کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

اَلْكِبْرُ بَطَرُ الْحَقِّ وَغَمْطُ النَّاسِ

(صحیح مسلم، کتاب الایمان، باب تحریم الکبر وبیانه)

''تکبر یہ ہے کہ آدمی جانتے بوجھتے حق بات کو رد کر دے اور لوگوں کی تحقیر کرے۔''

اکثر اوقات تکبر اور حسد کی بیماریاں ایک ساتھ دل میں پائی جاتی ہیں۔شیطان کی اللہ کی نافرمانی کرنے اور جنت سے نکلنے کی وجہ سے حضرت آدمؑ کے خلاف اُس کا تکبر اور حسد ہی تو تھا۔ قرآن میں بیان ہوا ہے:

قَالَ مَا مَنَعَكَ أَلَّا تَسْجُدَ إِذْ أَمَرْتُكَ قَالَ أَنَا خَيْرٌ مِّنْهُ خَلَقْتَنِي مِن نَّارٍ وَخَلَقْتَهُ مِن طِينٍ ۝ قَالَ فَاهْبِطْ مِنْهَا فَمَا يَكُونُ لَكَ أَن تَتَكَبَّرَ فِيهَا فَاخْرُجْ إِنَّكَ مِنَ الصَّاغِرِينَ ۝

(سورہ الاعراف: آیات 12,13)

اللہ نے شیطان سے پوچھا، ''تجھے کس چیز نے سجدہ کرنے سے روکا جب کہ میں نے تجھ کو حکم دیا تھا؟'' شیطان بولا، ''میں اِس سے بہتر ہوں، تو نے مجھے آگ سے پیدا کیا ہے اور اُسے مٹی سے۔'' اللہ نے فرمایا: ''اچھا، تو یہاں سے نیچے اُتر، تجھے حق نہیں ہے کہ یہاں بڑائی کا گھمنڈ کرے۔نکل جا کہ درحقیقت تو اُن لوگوں میں سے ہے جو خود اپنی ذلت چاہتے ہیں۔''

فرعون کا اللہ تعالیٰ کی نشانیاں دیکھ لینے کے باوجود حضرت موسیٰؑ پر ایمان نہ لانے کی اصل وجہ بھی اُس کا تکبر تھا۔ اُس نے اپنے پیروکاروں کو کہا:

فَحَشَرَ فَنَادَى ۝ فَقَالَ أَنَا رَبُّكُمُ الْأَعْلَى ۝ فَأَخَذَهُ اللَّهُ نَكَالَ الْآخِرَةِ وَالْأُولَى ۝ (سورہ النازعات: 25 ,24 ,23)

''پس لوگوں کو جمع کر کے فرعون نے پکار کر کہا: ''میں تمہارا سب سے بڑا رب ہوں''۔ آخر کار اللہ نے اُسے آخرت اور دنیا کے عذاب میں پکڑ لیا۔''

مکہ کے سردار رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم پر حسد اور تکبر کی وجہ سے ایمان نہیں لائے تھے۔ اُن سرداروں کے پاس دولت تھی، بیٹے تھے، سرداری تھی جبکہ دوسری طرف امام الانبیاء صلی اللہ علیہ وسلم تھے جنھیں وہ لوگ **یَتِیمُ بَنِی هَاشِم** کہتے تھے۔ اُن لوگوں کے تکبر کا اندازہ کرنے کے لیے ایک واقعہ کافی ہے۔ ابن عباسؓ یہ واقعہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ایک مرتبہ مقامِ ابراہیم پر نماز پڑھ رہے تھے۔ ابو جہل کا اِدھر سے گزر ہوا تو اُس نے کہا اے محمدؐ! کیا میں نے تم کو اس سے منع نہیں کیا تھا؟ اور اُس نے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو دھمکیاں دینی شروع کردیں۔ جواب میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اُس کو سختی کے ساتھ جھڑک دیا۔ اُس پر ابوجہل نے کہا:

اَتُهَدِّدُنِی؟ فَوَاللّٰهِ اِنِّی لَاَعِزُّ اَهْلَ الْوَادِیْ وَاَكْرَمُهُ

”اے محمدؐ! تم کس بل پر مجھے دھمکی دیتے ہو۔ خدا کی قسم اِس وادی میں میرے حمایتی سب سے زیادہ ہیں۔“

(احمد، ترمذی، نسائی، ابن المنذر، طبرانی)

ابوجہل کے اِسی متکبرانہ کلمات پر سورہ العلق کی اِن آیات میں اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

فَلْيَدْعُ نَادِيَهٗ ۝ سَنَدْعُ الزَّبَانِيَةَ ۝ (سورہ العلق: آیات 17,18)

”وہ بلا لے اپنے حامیوں کی ٹولی کو، ہم بھی عذاب کے فرشتوں کو بلا لیں گے۔“

تکبر اور خود پسندی کی بیماری کا بہترین علاج موت کو کثرت سے یاد کرنا ہے۔ چنانچہ ابوھریرہؓ روایت کرتے ہیں کہ رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تھا:

اَكْثِرُوْا ذِكْرَهَاذِمِ اللَّذَّاتِ (یعنی اَلْمَوْتِ)

(ترمذی، نسائی، ابن حبان)

''دنیا کی لذتوں کو مٹانے والی چیز، کثرت سے یاد کیا کرو(یعنی موت کو)۔'' **(1)**

امریکی ماہر نفسیات ایم سکاٹ پیک(M.Scott Peck) اپنی کتاب The Road Less Traveled میں لکھتا ہے کہ جولوگ تکبر اور خود پسندی کا شکار ہوتے ہیں انھیں جب زندگی میں چھوٹی ناکامیاں ہوتی ہیں تو اُن کا اپنے بارے میں جو تکبر ہوتا ہے اُسے چوٹ لگتی ہے جسے علم نفسیات کی زبان میں خود پسندی کی چوٹ(Narcissistic Injury) کہتے ہیں۔ سکاٹ پیک کے مطابق:

"One any scale, death is the most severe narcissistic injury." **(2)**

''کسی بھی معیار پر موت خود پسندی کے لیے سب سے بڑی چوٹ ہے۔''

یہی وجہ ہے کہ موت کو کثرت سے یاد کرنے میں تکبر کا علاج پوشیدہ ہے۔ یہ ایک حقیقت ہے کہ اس دنیا میں خدا کے منکر(Athiests) موجود ہیں، رسولوں کے منکر موجود ہیں، فرشتوں کے منکر موجود ہیں لیکن دنیا کا کوئی شخص موت کا انکار نہیں کرسکتا۔ اسی لیے موت کو قرآن نے ''الحق'' (The Truth)قرار دیا ہے۔ انسان کے متکبرانہ نفس کا تکبر موت کے خیال ہی سے مٹی میں مل جاتا ہے۔ اسی حقیقت کی طرف میاں محمد بخشؒ نے اشارہ کیا تھا۔

جیون جیون جھوٹا نامہ موت کھلی سر اُتے
لکھ کروڑ تیرے تیں سوہنے خاک اندر رل سُتے

---

1) اِس حدیث کو امام ترمذی نے حسن کا درجہ دیا ہے اور امام ابن حبان، الحاکم، امام ابن الملقن اور شیخ البانی نے صحیح کا درجہ دیا ہے۔

2) Peck, M. Scott (1998) . The Road Less Travelled. New York, Simon & Schuster Press.

مصر کے شیخ حسن البناء شہید (1949ء تا 1906ء) اپنی ڈائری میں اپنی طالب علمی کے دور کے ایک اُستاد شیخ محمد ابوشوشہ کا ذکر کرتے ہیں۔ شیخ ابوشوشہ ہر ہفتے اپنے شاگردوں کو قبرستان لے جایا کرتے تھے اور اُنھیں یاد دھانی کرواتے تھے کہ ایک دن ہم سب نے یہاں آنا ہے۔ کبھی وہ اپنے شاگردوں میں سے کسی کو (بشمول حسن البناء کے) کھدی ہوئی قبر میں لیٹنے کو کہتے اور اُس شاگرد کو کہتے کہ وہ تصور کرے کہ وہ مر چکا ہے اور لوگوں نے اُسے ابھی ابھی قبر میں دفنایا ہے۔ شیخ ابوشوشہ اپنے شاگردوں کو یاد کرواتے کہ یہی دوگز کی زمین ہماری آخری منزل ہے اور لوگ ہمیں قبر کی تاریکی میں چھوڑ کر چلے جائیں گے۔ پھر ہم ہوں گے اور ہمارے اچھے یا برے اعمال۔ شیخ ابوشوشہ اپنے شاگردوں کو موت کے متعلق وعظ دیتے ہوئے آبدیدہ ہو جاتے تو طلباء بھی رونے لگ جاتے۔ (1)

شیخ حسن البناء کے استاد اس بات سے بخوبی واقف تھے کہ موت کو کثرت سے یاد کرنے سے دل کی بہت سی روحانی بیماریوں کا علاج ہوتا ہے اور انہی بیماریوں میں سے ایک تکبر کی بیماری ہے۔

کنجوسی (بخل)

کنجوسی بھی دل کی ایک بیماری ہے۔ یہ بیماری اتنی بُری ہے کہ کنجوس لوگ بذات خود کسی کنجوس کو پسند نہیں کرتے۔ قرآن وحدیث میں جگہ جگہ اس بیماری پر انسان کی ملامت کیا گیا ہے:

وَلاَ يَحْسَبَنَّ الَّذِيْنَ يَبْخَلُوْنَ بِمَا آتَاهُمُ اللّٰهُ مِن فَضْلِهِ هُوَ خَيْراً لَّهُمْ بَلْ هُوَ شَرٌّ لَّهُمْ سَيُطَوَّقُونَ مَا بَخِلُواْ بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَ لِلّٰهِ

---

1) حسن البناء کی ڈائری، مطبوعہ چنارکوٹ، منشورات اسلامی

مِیۡرَاثُ السَّمٰوٰتِ وَالۡاَرۡضِ وَاللّٰهُ بِمَا تَعۡمَلُوۡنَ خَبِيۡرٌ ۝

(سورۃ آل عمران:180)

''جن لوگوں کو اللہ نے مال و دولت سے نوازا ہے مگر وہ اللہ کے لیے خرچ کرنے میں بخل سے کام لیتے ہیں تو وہ یہ نہ سمجھیں کہ یہ اُن کے حق میں اچھا ہے بلکہ یہ اُن کے حق میں بہت برا ہے۔ جس مال و دولت میں وہ بخل کر رہے ہیں اُس کا قیامت کے دن انہیں طوق پہنایا جائے گا اور یاد رکھو، آسمانوں اور زمین کی ہر چیز کا وارث اللہ ہے اور وہ تمہارے اعمال سے خوب باخبر ہے۔''

وَاَمَّا مَنۡۢ بَخِلَ وَاسۡتَغۡنٰى ۝ وَكَذَّبَ بِالۡحُسۡنٰى ۝ فَسَنُيَسِّرُهٗ لِلۡعُسۡرٰى ۝ وَمَا يُغۡنِىۡ عَنۡهُ مَالُهٗۤ اِذَا تَرَدّٰى ۝ (سورۃ اللیل: 11-8)

''جس نے بخل کیا، دین سے لاپروائی برتی اور نیک بات کو جھوٹ جانا تو ہم اُسے دوزخ کی سختی میں پہنچا دیں گے اور اُس کا مال اُس کے کسی کام نہ آئے گا جب وہ دوزخ کے گڑھے میں گرے گا۔''

قرآن کے مطابق جو اللہ کے راستے میں خرچ نہیں کرتے اُن کے لیے دردناک عذاب ہے اور جو خرچ کرتے ہیں وہی کامیاب ہیں:

وَالَّذِيۡنَ يَكۡنِزُوۡنَ الذَّهَبَ وَالۡفِضَّةَ وَلَا يُنۡفِقُوۡنَهَا فِىۡ سَبِيۡلِ اللّٰهِ فَبَشِّرۡهُمۡ بِعَذَابٍ اَلِيۡمٍ ۝ (سورۃ التوبہ: 34)

''جو لوگ سونا اور چاندی جمع کر کے رکھتے ہیں اور انہیں اللہ کی راہ میں خرچ نہیں کرتے، آپ انہیں دردناک عذاب کی خوشخبری دے دیں۔''

وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ o (التغابن: 16)

اور جنہوں نے اپنے آپ کو لالچ سے محفوظ رکھا تو ایسے لوگ ہی فلاح پانے والے ہیں۔

رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

إِيَّاكُمْ وَالشُّحَّ فَإِنَّمَا هَلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ بِالشُّحِّ، أَمَرَهُمْ بِالْبُخْلِ فَبَخِلُوْا وَأَمَرَهُمْ بِالْقَطِيعَةِ فَقَطَعُوْا وَأَمَرَهُمْ بِالْفُجُوْرِ فَفَجَرُوْا (سنن ابی داؤد، کتاب الزکاۃ) (1)

"حرص و طمع سے بچو، کیونکہ تم سے پہلی قومیں اسی حرص سے تباہ ہوئیں۔ اسی نے اُن کو بخل کرنے کو کہا تو انہوں نے بخل اختیار کیا، اسی نے اُن کو قطع رحمی (یعنی رشتہ داروں سے قطع تعلق اور اُن کے حقوق ادا نہ کرنا) کے لیے کہا تو انہوں نے قطع رحمی اختیار کی، اسی نے اُن کو بدکاری کے لئے کہا تو انہوں نے بدکاریاں کیں۔"

بخل کا مطلب یہ ہے کہ جس چیز کا خرچ کرنا شرعی لحاظ سے ضروری ہو اور جس کی اللہ کی طرف سے تاکید ہو اُسے بھی انسان خرچ نہ کرے اور اپنے متعلقین کے حقوق کی ادائیگی سے گریز کرے۔ اس بیماری کی بنیادی وجہ مال کی شدید محبت ہے۔ بخل کی بیماری کا بہترین علاج اللہ کے راستے میں بار بار خرچ کرنا ہے۔ یاد رہے کہ انسان کا سادہ زندگی گزارنا اور دکھاوے سے گریز کرنا بخل نہیں ہوتا۔

---

1) عبداللہ بن عمرو سے روایت کردہ اس حدیث کو امام ابوداؤد کے علاوہ امام نسائی نے الکبریٰ میں، امام ابن حبان نے صحیح ابن حبّان اور امام حاکم نے بھی روایت کیا ہے اور اس حدیث کو صحیح کا درجہ دیا ہے۔

حرام کی کمائی

اسلام نے مرد کو گھر کا سربراہ (قوّام) بنایا ہے اور تمام گھر کے نان نفقے کی ذمہ داری اُس پر ڈالی ہے۔ حق حلال کی کمائی کرنا مردوں کے لیے اسی طرح ضروری ہے جس طرح خواتین کے لیے پردہ۔ اسلام نے مردوں کا دائرہ کار گھر سے باہر رکھا ہے اور اُن کے لیے حلال طریقے سے روزی لازم کی ہے اور خواتین کے لیے میدانِ عمل گھر کے پردے میں رہ کر اگلی نسلوں کی پرورش اور تربیت ہے۔ یہی وجہ ہے کہ حرام کی کمائی کرنا مردوں کے لیے سب سے شدید دل کی روحانی بیماری ہے۔ دیگر روحانی بیماریوں کا بعض اوقات اثر انسان کے اپنے تک یا کچھ لوگوں تک رہتا ہے جبکہ حرام کی کمائی ایسی چیز ہے کہ

ع خود تو ڈوبے تھے صنم ہم کو بھی لے ڈوبے

کے مصداق جو شخص حرام کی کمائی اپنے گھر میں لاتا ہے اُس کے تباہ کن اثرات اُس کے بیوی، بچوں، ماں باپ، حتیٰ کہ آنے والی نسلوں تک چلے جاتے ہیں۔ جس شخص کے بدن پر حرام کی کمائی چڑھی ہو اُس کی دعائیں قبول نہیں ہوتیں، وہ خود بے سکون رہتا ہے، جب وہ انگارے کھاتا ہے تو انگارے ہی پاخانے میں نکالتا ہے۔

قرآن میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُم بَيْنَكُم بِالْبَاطِلِ وَتُدْلُوا بِهَا إِلَى الْحُكَّامِ لِتَأْكُلُوا فَرِيقًا مِّنْ أَمْوَالِ النَّاسِ بِالْإِثْمِ وَأَنتُمْ تَعْلَمُونَ ○

(سورۃ البقرہ:188)

"اور یاد رکھو! ایک دوسرے کا مال ناجائز طور پر نہ کھاؤ، رشوت کو حاکموں تک رسائی کا ذریعہ نہ بناؤ اور جان بوجھ کر دوسروں کا مال ہڑپ نہ کرو۔"

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِيْنَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَن تَكُوْنَ تِجَارَةً عَن تَرَاضٍ مِّنكُمْ ﴾ (سورۃ النساء: 29)

''اے ایمان والو! آپس میں ایک دوسرے کا مال ناحق طور پر نہ کھاؤ۔ البتہ باہمی رضامندی سے تجارت کے ذریعے جو مال حاصل کرو وہ کھا سکتے ہو۔''

اسی طرح فرمان نبوی صلی اللہ علیہ وسلم ہے:

كُلُّ الْمُسْلِمِ عَلَى الْمُسْلِمِ حَرَامٌ دَمُهُ وَمَالُهُ عِرْضُهُ

(جامع ترمذی، ابواب البّر) (1)

''ہر مسلمان پر دوسرے مسلمان کی جان، مال اور عزت حرام ہے۔''

آج کے دجالی دور میں بالخصوص پاکستان میں حرام کمائی کرنا آسان اور حلال کمائی کرنا مشکل ہوتا جارہا ہے۔ موجودہ نظام معیشت میں بعض چیزیں واضح طور پر ناجائز اور حرام ہیں لیکن اُنھیں حکومتی سرپرستی حاصل ہے بلکہ بعض ''میڈیا علماء'' یا ''سرکاری علماء'' (جنھیں Scholars for dollars کہنا زیادہ موزوں ہے) کی تائید سے اُنھیں مسلم اُمت میں جاری کردیا گیا ہے۔ اِس پر مستزاد، رشوت اور دیگر حرام بزنس اور کاروبار ہیں۔ حدیث میں آتا ہے۔

لَيَأْتِيَنَّ عَلَى النَّاسِ زَمَانٌ لَايُبَالِيَ الْمَرْءُ بِمَا اَخَذَ الْمَالَ؟ اَمِنْ حَلَالٌ اَمْ حَرَامٌ؟ (صحیح بخاری، کتاب البیوع)

''لوگوں پر ایک زمانہ ایسا آئے گا کہ آدمی کو اس بات کی پرواہ نہ ہوگی کہ اُس نے مال کس طرح کمایا ہے؟ کیا وہ حلال ہے یا حرام۔''

---

1) امام ترمذی نے اِس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔

ایسا محسوس ہوتا ہے کہ آج وہ دور آگیا ہے۔اس لیے ہمارے پر لازم ہے کہ ہم تحقیق کریں کہ کیا ہماری کمائی کا ذریعہ حلال ہے یا حرام اور اگر وہ حرام ہے تو حلال کمائی یا آمدنی کا کوئی راستہ ڈھونڈیں۔ حرام کی کمائی کی بعض مثالیں درج ذیل ہیں:

1) حرام چیزوں کی تجارت مثلاً ایسی ویڈیو، ڈی وی ڈی، آڈیو بیچنے کی دکانیں جن میں فلموں اور گانوں کے کیسٹ بیچے جاتے ہیں۔

2) بینک سے سود پر قرضہ لے کر کاروبار کرنا یا اپنے مکان کی مرمت (Construction) کرنا یا کوئی اور کام کرنا

3) رشوت لینا

4) انشورنس سکیموں کے فوائد

5) عورتوں کی وہ تمام ملازمتیں جن میں بلاضرورت بے پردگی لازمی ہو جائے۔

6) عورتوں کا ٹی وی یا اشتہاری کمپنیوں (Advertisement companies) میں ماڈل کے طور پر کام کرنا کیونکہ ماڈلنگ کے پیشے کا مطلب دراصل اپنے جسم کو بیچنا ہوتا ہے جو کہ طوائفوں کا کام ہوتا ہے۔

7) تمام غیر اسلامی بینکوں میں رکھوائے ہوئے پیسے پر منافع

8) فلموں، موسیقی اور لہو ولعب (''فن کی خدمت'') کا کاروبار

9) عورتوں کی تصاویر والی چیزوں کی خرید وفروخت

10) ایسے درزیوں کا کاروبار یا فیشن ڈیزائن کمپنیاں جو عورتوں کے لیے باریک کپڑے یا غیر ساتر ڈیزائن تیار کرتے اور سیتے ہیں۔

11) ایسے NGO یا غیر ملکی اداروں میں کام کرنا جہاں مسلمان شہریوں کی جاسوسی کی جاتی ہو۔حقیقت یہ ہے کہ ایسی جگہوں پر کام کرنا بہت عظیم گناہ ہے اور وہاں کی کمائی

خالص سو فیصد حرام کی ہوتی ہے۔

12) تمام انعامی سکیمیں جن کا فیصلہ قرعہ اندازی سے کیا جاتا ہے۔

13) اکثر کمپنیوں کے شیئرز پر ملنے والا منافع

14) داڑھی مونڈنے کی اُجرت

15) منشیات کی خرید وفروخت

یاد رہے کہ اِن میں سے بعض چیزوں کے بارے میں تحقیق کے چند عالموں نے اختلاف کرنے کی ناکام کوشش کی ہے لیکن سچی بات یہ ہے کہ حق حق ہے اور باطل باطل۔ اِس سلسلے میں عصرِ حاضر کے مصلح ڈاکٹر محمد امین لکھتے ہیں:

''جدید دنیا میں مسلمانوں کا ایک بڑا المیہ یہ ہے کہ اخلاقی، تہذیبی اور معاشرتی معاملات میں علما کا ایک ایسا طبقہ پیدا ہو گیا ہے جو انسانی زندگی کے بارے میں دینی موقف کو سمجھنے کی یا تو اہلیت نہیں رکھتا یا اُس حمیّت سے محروم ہے جس کے بغیر دینی سوچ پنپ نہیں سکتی۔ مذکورہ بالا مسائل میں اُمت کے مجموعی موقف سے اختلاف یا انحراف کرنے والے لوگ اسی قبیل سے ہیں۔ اُن لوگوں کے نزدیک دنیاوی ترقی اور خوشحالی گویا مدارِ حق بن گئی ہے اور دین سے پیدا ہونے والی انسانی تہذیب اور اس کے بنیادی عوامل اُن حضرات کی نظر سے بالکل اوجھل ہیں یا پھر یہ اُن کی طرف دیکھنے سے کتراتے ہیں۔ البتہ حسنِ ظن کا تقاضا پورا کرنے کے لیے ہم اپنے مشاہدے اور تجربے کے برعکس، یہ کہنے پر مجبور ہیں کہ بعض ایسے علما بہر حال ہو سکتے ہیں جو حق طلبی اور حق جوئی کی نیت رکھنے کے باوجود بعض مہلک غلطیوں میں پڑ گئے ہوں، تاہم اصول کی بات یہی ہے کہ امت کو اگر اپنی ہیئت اجتماعی کو برقرار رکھنا ہے تو پھر مشتبہات کے پھیلاؤ سے بھی بچنا پڑے گا۔ اس کے بغیر دین اپنی قطعیت کے ساتھ انسانوں میں ہدایت نہیں کر سکتا۔'' (1)

1) ڈاکٹر محمد امین، ترکِ رذائل، دار الاخلاص پبلشرز، لاہور، 2005ء

جو لوگ اوپر بیان کیے گئے کسی حرام پیشے سے اپنی روزی کماتے ہیں یا انھیں اُن میں سے کسی کام سے آمدنی آتی ہے تو وہ اپنے لیے دنیا اندھیر نہ سمجھیں۔ اگر وہ اپنی کوشش میں مخلص ہوئے تو اللہ تعالیٰ ضرور انھیں کوئی متبادل حلال کی کمائی کا راستہ دکھا دے گا۔

یہ بھی یاد رہے کہ ہر قسم کی حلال کی کمائی کرنے کا ''واحد حل'' پاکستان سے نکل کر باہر کے ملک جانا نہیں بلکہ پاکستان کے اندر بھی حلال کمائی کے وسائل موجود ہیں۔ جن لوگوں کی نیت ہی حرام کی کمائی کی ہو وہ بیرونِ ممالک میں بھی حلال کی نہیں بلکہ حرام کی کمائی کھاتے ہیں۔ امریکہ، آسٹریلیا، کینیڈا، انگلینڈ وغیرہ میں بعض پاکستانیوں نے گراسری سٹور (Grocery Stores) یا گیس سٹیشن (Petrol Pumps) کھولے ہوئے ہیں جہاں پر وہ شراب یا فحش رسالے یا سور کا گوشت بیچتے ہیں یا لاٹری مشین (Lotto) رکھی ہوئی ہے۔ یہ سب خالص حرام کی کمائی ہے لیکن چونکہ اُن کا ارادہ ہی ہے حرام کی کمائی کھانے کا ہے تو ہم کیا کریں۔

مزے کی بات یہ ہے کہ جب باہر کے ممالک میں مقیم ایسے پاکستانیوں سے ہم پوچھیں کہ وہ حرام کا بزنس کیوں کر رہے ہیں تو وہ بہانہ بناتے ہیں کہ ''کیا کریں یہ غیر مسلم ملک ہے، یہاں پر ایسی حرام روزی سے بچا نہیں جاسکتا۔'' لیکن اگر یہی لوگ پاکستان میں مقیم ہوتے اور حرام کمائی کر رہے ہوتے تو انھوں نے کہنا تھا کہ کیا کریں پاکستان میں حلال کی کمائی کرنا بڑا مشکل ہو گیا ہے۔ آپ میرا باہر کے کسی ملک جانے کا بندوبست کر دیں، میں وعدہ کرتا ہوں کہ وہاں جا کر حلال کی کمائی کروں گا۔

بہر حال جو شخص صدقِ دل سے اور اللہ کی رضا کے لیے گناہ سے بچنے اور نیکی کرنے کی کوشش کرتا ہے، اللہ بھی اس کی مدد کرتا ہے کیونکہ قرآن میں اللہ کا وعدہ درج ہے:

وَالَّذِيْنَ جَاهَدُوْا فِيْنَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَاِنَّ اللّٰهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِيْنَ ۝
(سورہ العنکبوت:69)

''جو لوگ ہماری راہ میں کوشش کرتے ہیں ہم ضرور اُن کو اپنے راستوں کی طرف راہنمائی کرتے ہیں اور اللہ تعالیٰ نیکوکاروں کے ساتھ ہے۔''

اور دوسری جگہ ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

﴿ وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مَخْرَجًا ۝ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ﴾ (سورۃ الطلاق)

''جو کوئی اللہ سے ڈرتے ہوئے کام کرے گا اللہ اُس کے لئے مشکلات سے نکلنے کا کوئی راستہ پیدا کر دے گا اور اُسے ایسے راستے سے رزق دے گا جدھر اُس کا گمان بھی نہ جاتا ہو۔ جو اللہ پر بھروسہ کرے اُس کے لئے وہ کافی ہے۔''

ریاکاری (Showing Off)

ریاکاری یا دکھلاوے کے لیے عمل کرنا بھی دل کی روحانی بیماری ہے۔ قرآن میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

لَا تُبْطِلُوا صَدَقَاتِكُم بِالْمَنِّ وَالْأَذَىٰ كَالَّذِي يُنفِقُ مَالَهُ رِئَاءَ النَّاسِ ۝ (البقرہ: 264)

''اپنے صدقے احسان جتلا کر اور تکلیف پہنچا کر ضائع مت کرو، اُس شخص کی طرح جو اپنا مال لوگوں کو دکھلاوے کے لیے خرچ کرتا ہے۔''

يُرَآؤُونَ النَّاسَ وَلاَ يَذْكُرُونَ اللهَ إِلاَّ قَلِيلاً o (سورۃ النساء: 142)

"وہ لوگوں کے سامنے دکھلاوا کرتے ہیں اور اللہ کا ذکر بہت کم کرتے ہیں۔"

ریا کے بارے میں حدیث نبویؐ میں آتا ہے:

مَنْ سَمَّعَ سَمَّعَ اللهُ بِهِ ، وَمَنْ يُرَائِي يُرَائِي اللهُ بِهِ

(صحیح بخاری ، کتاب الرقاق)

"جو شخص دکھلاوے کے لیے کوئی عمل کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ اسے قیامت والے دن رسوا کردے گا اور جو کوئی نیک عمل لوگوں کی نظروں میں بڑا بننے کے لیے کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ اُس کے چھپے عیبوں کو لوگوں کے سامنے ظاہر کردے گا۔"

عبادات میں اللہ کی رضا حاصل کرنے کی بجائے لوگوں کی نگاہ میں اچھا اور بڑا بننے کی کوشش کرنا "ریا" کہلاتا ہے۔ ریا کو حدیث شریف میں شرک اصغر کہا گیا ہے (مسند احمد) کیونکہ ریا کار شخص جو بھی نیک اعمال کر رہا ہوتا ہے اُس کا مقصد اللہ کو خوش کرنا نہیں بلکہ صرف بندوں کی واہ واہ حاصل کرنا ہوتا ہے۔

سب ریا کاروں میں ایک چیز مشترک ہوتی ہے کہ اُن کی تمام عبادات اور نیک کام ہمیشہ جلوت (Public) میں ہوتے ہیں مثلاً کوئی سیاستدان ہے تو اپنے ہاتھ میں تسبیح لے کر لوگوں کے ساتھ مختلف جگہوں کے دورے کر رہا ہے یا اگر اُس نے باجماعت نماز پڑھ ہی لی ہے تو اُس کی اخبار میں تصویر ضرور لائی جاتی ہے۔ ریا کاروں کی تنہائی (Private life) یا تو اللہ کی یاد اور نیک اعمال سے خالی ہوتی ہے یا اُن کی تنہائی کی عبادات بہت کم ہوتی ہے۔

ریا کا علاج یہ ہے کہ انسان اپنے تمام نیک اعمال میں اصل مقصد، اللہ کی رضا رکھے یعنی اپنی عبادات اور اعمال میں اخلاص (Sincerity) پیدا کرے۔ اِس کے علاوہ انسان

کو چاہیے کہ وہ فرض نمازیں تو جماعت سے ادا کرتا ہی ہے لیکن نفلی نمازیں تنہائی میں پڑھے اور انھیں لمبا کردے۔ زیادہ گفتگو سے بھی پرہیز کرے جیسا کہ عبداللہ بن عمرؓ نے فرمایا تھا:

وَلَایَکُنْ فِی قَوْلِکَ فَضْلٌ عَلٰی فِعْلِکَ (1)

''تم اپنے منہ سے نکلنے والے الفاظ کو اپنے اعمال سے زیادہ بڑھنے مت دو۔''

لیکن اگر آدمی کی اپنی خواہش یا کوشش کے بغیر لوگوں کو اُس کے بعض نیک کاموں کا پتہ چل جائے اور وہ اُس کی تعریف کریں تو یہ بات ریا میں داخل نہیں۔ حدیث میں حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے پوچھا گیا کہ:

اَرَاَیْتَ الرَّجُلَ یَعْمَلُ الْعَمَلَ مِنَ الْخَیْرِ وَیَحْمَدُہُ النَّاسُ عَلَیْہِ

یعنی ''اگر کوئی آدمی نیک عمل کرے اور لوگ اس کی تعریف کریں تو اس کا کیا حکم ہے؟ (یعنی کیا یہ ریا ہے؟)''

تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے جواب میں فرمایا:

تِلْکَ عَاجِلُ بُشْرَی الْمُؤْمِنِ

''(نہیں) یہ تو مومن کے لیے دنیا ہی میں خوشخبری ہے۔''

(صحیح مسلم، کتاب البر، باب اذا اثنی علی الصلح)

ہاں البتہ شہرت میں لازمی طور پر بہت سے فتنے پوشیدہ ہیں مثلاً اپنی شہرت سن کر انسان کا ریا اور تکبر کا شکار ہوجانا، وغیرہ۔ اسلام اور دعوتِ دین کا کام کرنے کے دوران جو آزمائشیں، تکلیفیں، ملامتیں آتی ہیں اُن کا ایک بڑا فائدہ یہ ہوتا ہے کہ وہ داعی اسلام

---

1) اخرج البیهقی فی شعب الایمان و ابن حجر العسقلانی فی الاصابة فی تمییز الصحابة

یا اسلامی تحریک کے کارکن کے دل سے ریا اور تکبر کی بیماریوں کو ختم کرتی ہیں۔ ایک اسلامی عالم شیخ ابن الوردیؒ نے کہا تھا کہ اسلام کی تبلیغ اور امر بالمعروف ونہی عن المنکر کرنے والا کوئی شخص امامت کے مقام پر اُس وقت تک نہیں پہنچ سکتا جب تک اُس پر چار آزمائشیں نہ نازل ہوگئی ہوں۔ وہ چار آزمائشیں درج ذیل ہیں:

1) طَعْنُ الْجُهَلَاء (جاہلی اور تنگ نظر لوگوں کے طعنے)

2) شَمَاتَةُ الْاَعْدَاء (دشمنوں کی سازشیں مثلاً میڈیا)

3) مَلَامَةُ الْاَصْدِقَاء (دوستوں اور رشتہ داروں کے طعنے کہ تم یہ اسلامی کام کیوں کر رہے ہو)

4) حَسَدُ الْعُلَمَاء (علماء کا حسد)

(Professional Jealousy of scholars)

آپ اندازہ کرسکتے ہیں کہ ریا اور تکبر جیسی بیماریاں اِن چار شدید آزمائشوں کی تاب نہیں لاسکتیں۔ اِن آزمائشوں کا مقابلہ کرنے کے لیے اللہ پر توکل اور اخلاص للّٰہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ تاہم ہمارے علمائے سلف ریا کی روحانی بیماری سے ہر وقت بچنے کی کوشش کرتے رہتے تھے اور اس وجہ سے شہرت سے دور بھاگتے تھے۔ وہ لوگ میڈیا کی مشہور شخصیت (Media Celebrity) بننے کے سخت خلاف تھے۔ یہاں پر چند علمائے سلف کے اقوال اِس ضمن میں پیش کیے جاتے ہیں:

☆ صحابی رسول عبداللہ بن مسعودؓ فرماتے تھے:

''تم علم کے چشمے اور ہدایت کے چراغ بنو۔ اپنے گھروں میں ٹک کر رہو (بغیر ضرورت باہر مت جاؤ) اور رات کو جلنے والے چراغ اور دلوں کو زندہ کرنے والے بنو۔ سادہ لباس پہنو، آسمان

کے لوگوں میں تمہارا چرچا ہوگا اور دنیا کے لوگوں سے تمہیں چھپا کر رکھا جائے گا۔"

☆ حضرت عبداللہ بن عباس ؓ فرمایا کرتے تھے کہ بیشک اللہ کے ایسے بندے بھی ہیں جو بولنے میں بہت فصیح ہیں لیکن وہ اللہ کے خوف سے خاموش رہتے ہیں۔

☆ ابراھیم بن ادھم نے فرمایا کہ جس بندے کے دل میں شہرت کی خواہش موجود ہے وہ ابھی اللہ کے ساتھ مخلص نہیں ہے۔

☆ داؤد طائی فرمایا کرتے تھے کہ تم لوگوں سے اس طرح بچو جس طرح شیر سے بچتے ہو۔

☆ فضیل بن العیاض فرماتے تھے کہ اگر تم بغیر مشہور ہوئے دین کا کام کر سکتے ہو تو ضرور کرو۔ تمہیں اس سے کیا فرق پڑتا ہے اگر لوگ تمہیں پسند نہیں کریں جبکہ اللہ کی نگاہ میں تم پسندیدہ ہو۔

☆ بشر ابن الحارث نے فرمایا تھا:

"جو شخص یہ پسند کرتا ہے کہ اُس کا چرچا تمام لوگوں میں ہو وہ اپنے دل میں آخرت کی لذت کبھی محسوس نہیں کر سکتا۔" **(1)**

یہ انسان کی کمزوری ہے کہ وہ اپنی تعریف سن کر خوش ہوتا ہے۔ یہ صحیح ہے کہ حق کے راستے پر چلنے والوں یا اسلامی احکامات پر عمل کرنے والوں کو حوصلہ افزائی (encouragement) کی بھی ضرورت ہوتی ہے (لیکن ہمیں ساتھ ساتھ ریا سے بھی

---

1) تعطیر الانفاس من حدیث الاخلاص، ڈاکٹر سید بن حسین العفانی، دار معاذ بن جبل، 2001ء۔ ڈاکٹر سید العفانی نے یہ تمام اقوال جن کتابوں سے لیے گئے ہیں وہ یہ ہیں: سیر اعلام النبلاء، تنبیہ المغترین، تهذیب الحلیه، صفة الصفوة

بچنا چاہیے)۔ نیک کام کرنے والوں کو اسلام کے اِس زوال یافتہ دور میں حوصلہ افزائی بھی بہت ضروری ہے۔ اگر کسی بے پردہ عورت نے برقعہ اور نقاب لینا ضرور کیا ہے تو آپ کو اپنی اُس بہن کو اِس نیک کام کو شروع کرنے پر مبارک باد ضرور دینا چاہیے۔ اگر کسی شخص نے سنت کے مطابق داڑھی (فرنچ کٹ ڈاڑھی نہیں بلکہ اصلی ڈاڑھی) بڑھانی شروع کی ہے تو آپ کو اپنے بھائی کو اِس عمل پر مبارکباد دینی چاہیے۔ اگر کسی مسلمان بھائی یا بہن نے موسیقی اور گانے سننے سے سچے دل سے توبہ کر لی ہے اور تمام گانے کی کیسٹیں یا CDs کوڑے (garbage) میں پھینک دی ہیں تو اس دلیرانہ قدم پر آپ کو اُن کی تعریف ضرور کرنی چاہیے، یہ آپ کا دینی فریضہ ہے۔

ناشکری (Being Ungrateful)

ناشکری بھی عجیب قسم کی دل کی بیماری ہے جس کا اظہار انسان کبھی اللہ کی ناشکری کر کے کرتا ہے اور کبھی دنیا میں اپنے محسنوں کی ناشکری کر کے۔ قرآن میں اللہ نے انسان کو اپنا اور والدین کا شکر گزار بننے کو کہا ہے:

اَنِ شْكُرْلِیْ وَلِوَالِدَیْکَ اِلَیَّ الْمَصِیْرُo (سورہ لقمٰن آیت 16)

''(ہم نے انسان کو نصیحت کی کہ) میرا شکر کر اور اپنے والدین کا شکر بجا لا، میری ہی طرف بالآخر تجھے پلٹنا ہے۔''

شیطان، انسان کی ناشکری کرنے کی روحانی بیماری سے بخوبی واقف ہے، چنانچہ اُس نے اللہ سے کہا تھا کہ وہ انسانوں کو گمراہ کر کے ناشکرا بنائے گا جیسا کہ سورہ الاعراف میں ذکر ہے:

قَالَ فَبِمَا أَغْوَیْتَنِیْ لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَکَ الْمُسْتَقِیْمَo ثُمَّ لآتِیَنَّهُم مِّنْ بَیْنِ أَیْدِیْهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَیْمَانِهِمْ وَعَن شَمَآئِلِهِمْ وَلاَ تَجِدُ أَکْثَرَهُمْ شَاکِرِیْنَo (سورہ الاعراف: آیات 16,17)

بولا، ”اچھا تو جس طرح تو نے مجھے گمراہی میں مبتلا کیا ہے میں بھی اب تیری سیدھی راہ پر
اِن انسانوں کی گھات میں لگا رہوں گا، آگے اور پیچھے، دائیں اور بائیں، ہر طرف سے اُن
کو گھیروں گا اور تو اُن میں سے اکثر کو شکر گزار نہ پائے گا۔“

اور انسان کی اسی ناشکری کی صفت کے متعلق اللہ فرماتا ہے:

إِنَّ اللّٰهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَـٰكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَشْكُرُونَ٥

(سورہ یونس: آیت 60)

”اللہ تو لوگوں پر مہربانی کی نظر رکھتا ہے مگر اکثر انسان ایسے ہیں جو شکر نہیں کرتے۔“

رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے انسان کی ناشکری کے متعلق فرمایا:

نِعْمَتَانِ مَغْبُوْنٌ فِيْهِمَا كَثِيْرٌ مِنَ النَّاسِ : اَلصِّحَّةُ وَالْفَرَاغ

(صحیح بخاری، کتاب الرقاق)

(دو نعمتیں ہیں اکثر لوگ (اُن کی بے قدری اور ناشکری کے سبب) جن کی وجہ سے گھاٹے اور نقصان میں رہیں گے، **صحت** اور **فارغ وقت**)

جب لوگوں کے پاس صحت ہوتی ہے تو انھیں اندازہ نہیں ہوتا کہ اُن کے پاس کتنی بڑی نعمت ہے جس کی وجہ سے اُن کی زندگی معمول پر چل رہی ہے۔ عربی کا ایک محاورہ ہے:

الصحة تاج على رؤس الاصحاء لايراه اِلّا المرضٰى

(صحت وتندرستی، صحتمند لوگوں کے سر پر ایک ایسا تاج ہوتا ہے جسے صرف مریض لوگ دوسرے کے سروں پر سجا ہوا دیکھ سکتے ہیں)

بوسنیا کے عظیم اسلامی مفکر علیجاہ عزت بیگووچ کو یوگوسلاویا کی ظالم حکومت نے کئی

سال تک قید رکھا تھا۔ عزت بیگووچ اپنی ڈائری میں لکھتے ہیں:

''جب میں جیل میں تھا تو آزادی کو دنیا کی سب سے بڑی نعمت سمجھتا تھا۔ پھر ایک روز جیل میں میں شدید بیمار ہو گیا تو مجھے اندازہ ہوا کہ صحت، آزادی سے بھی بڑی نعمت ہے۔'' (1)

یہی حالت فراغت کا ہے کہ لوگ صحت کی طرح فراغت کا بہت کم شکر ادا کرتے ہیں اور بہت کم ہی فارغ وقت کو غنیمت سمجھتے ہیں۔ اگر چھٹی (Weekend) کے دن فارغ وقت ہے تو اول تو ٹی وی لگالیں گے اور چینل بدلنے لگ جائیں گے، نہیں تو کمپیوٹر پر فیس بک (facebook / twitter) یا کسی دوسری سوشل نیٹ ورکنگ ویب سائٹس یا بلاگ (blog) پر جا کر اپنے احباب کے پوسٹ کیے ہوئے پرائیویٹ مسائل پڑھنا شروع کردیں گے۔ اگر بجلی نہیں ہے (لوڈشیڈنگ ہوئی ہے) تو کوئی رسالہ اٹھا کر فلمی اداکاروں اور طوائفوں کی تصاویر اور فیشن دیکھتے ہوئے وقت ضائع کردیں گے۔ حالانکہ صحت اور فارغ وقت کا شکر ادا کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ فارغ وقت میں ہم قرآن کی تفسیر پڑھیں، حدیث کی کتابیں پڑھیں، نماز، روزہ اور زکوۃ کے مسائل سمجھنے کے لیے فقہ کی آسان سی کتاب دیکھیں، صحابہ کرام اور صحابیات کی زندگیوں کا مطالعہ کریں تاکہ ہمارا اپنا ایمان اُن کے تذکرے پڑھ پڑھ کر بڑھے۔ اگر ہم اپنی گاڑی میں سوار ہوئے ہیں اور وقت کاٹنا مشکل ہے تو سیل فون پر کسی سہیلی یا رشتہ دار کو فون ملانے کی بجائے گاڑی میں لگے ہوئے ٹیپ ریکارڈر یا CD players پر مسلمان علماء کی تقاریر یا تلاوتِ قرآن مع ترجمہ سنیں۔

آج کے مادہ پرستانہ (Materialist) دور میں ناشکری کی بیماری آپس میں زیادہ سے زیادہ دنیا حاصل کرنے کی دوڑ (Competition) کی وجہ سے انتہاء کو پہنچ چکی ہے۔ جب لوگ مل کر بیٹھتے ہیں تو یہ فیشن سمجھا جاتا ہے کہ ناشکری کی باتیں کی جائیں۔ کبھی کھانے میں نقص

1) Izetbegvie, Alija (2001) Inescapable Questions: Autobiographical Notes, London, The Islamic Foundation.

نکالا جا رہا ہے، کبھی عورتیں اپنے خاوندوں کے متعلق آپس میں گفتگو میں اُن کی خامیاں بیان کرتے ہوئے اُن کی ناشکری کرتی رہیں، نوجوان (Teenagers) آپس کی گفتگو میں اپنے والدین یا بزرگوں کے متعلق ناشکری کے کلمات کہتے نظر آتے ہیں۔ غرض کہ آج کے دور میں انسان اپنے حال پر شکر کرتا نظر نہیں آتا۔

عربوں کا دورِ جاہلیت کا ایک شاعر اِمۡرَاءُ القَیۡس تھا۔ اُس نے انسان کی اسی حالت پر ایک خوبصورت رباعی کہی ہے۔

یَتَمَنّٰی الۡمَرۡءُ فِی الصَّیۡفِ الشِّتَا
فَاِذَا جَآءَ الشِّتَا اَنۡکَرَہٗ
لَیۡسَ یُرۡضِی الۡمَرۡءَ حَالٌ وَاحِدٌ
قُتِلَ الۡاِنۡسَانُ مَا اَکۡفَرَہٗ

(اِمۡرَاءُ القَیۡس)

''آدمی خواہش کرتا ہے موسم گرما میں سردی کی
جب سردی آتی ہے تو وہ اُس کو ناپسند کرتا ہے
آدمی کو خوش نہیں کرتا کوئی ایک حال
ہلاک ہو انسان وہ کتنا ہی ناشکرا ہے۔''

خواتین جب اپنا میل ملاپ دنیادار اور ناشکری عورتوں سے رکھتی ہیں تو آہستہ آہستہ وہ دنیا کی بے چینی اُن میں بھی منتقل ہو جاتی ہے۔ خواتین کو اپنے شوہر کی ناشکری سے بچنا چاہیے جیسا کہ صحیح حدیث میں آتا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

اُرِیۡتُ النَّارَ فَاِذَا اَکۡثَرُ اَهۡلِهَا النِّسَاءُ یَکۡفُرۡنَ

قِيْلَ: اَيَكْفُرْنَ بِاللّٰهِ ؟

قَالَ: يَكْفُرْنَ الْعَشِيْرَ وَيَكْفُرْنَ الْاِحْسَانَ لَوْاَحْسَنْتَ اِلٰى اِحْدَاهُنَّ الدَّهْرَ ثُمَّ رَاَتْ مِنْكَ شَيْئًا قَالَتْ مَارَاَيْتُ مِنْكَ خَيْرًا قَطُّ (صحیح بخاری، کتاب الایمان، باب کفران العشیر)

''رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا (ایک مرتبہ) مجھے دوزخ دکھلائی گئی تو اُس میں زیادہ تعداد میں نے عورتوں کی دیکھی۔ اُس کی وجہ یہ ہے کہ وہ کفر (ناشکری) کرتی ہیں۔ آپؐ سے پوچھا گیا: ''کیا عورتیں اللہ کا کفر کرتی ہیں؟'' تو آپؐ نے فرمایا کہ شوہر کی ناشکری کرتی ہیں اور احسان نہیں مانتیں، (اے شخص) اگر تو کسی عورت کے ساتھ (یعنی بیوی کے ساتھ) ایک لمبے عرصے تک احسان کرتا رہے اور اُس کے بعد وہ تجھ میں اپنی طبیعت کے خلاف کوئی بات (یا کوئی خامی) دیکھ لے تو فوراً کہہ دے گی کہ میں نے تجھ سے کبھی آرام نہیں پایا۔''

اسی مضمون کی ایک دوسری حدیث میں آپؐ نے فرمایا: ''اللہ تعالیٰ اُس عورت کی طرف قیامت کے روز نہیں دیکھے گا جو اُس وقت اپنے خاوند کی شکرگزار نہیں ہوتی جب کہ وہ اُس پر انحصار کر رہی ہوتی ہے۔'' (مستدرک الحاکم) (1)

دراصل خاوند کی چھوٹی موٹی باتوں پر کبھی کبھار بیوی کا ناشکری کرنا کوئی بڑی بات نہیں۔ یہ تنبیہ دراصل اُن خواتین کے لیے ہے جنھیں خاوند کے ہر کام میں کیڑے نظر آتے ہیں۔ حکیم محمد اختر صاحب حفظہ اللہ اس سلسلے میں ایک دلچسپ حکایت بیان کرتے ہیں:

---

1) مستدرک الحاکم، جلد۲، صفحہ۱۹۰، کتاب النکاح۔ امام حاکم نے اس حدیث کے متعلق کہا ہے کہ اس کی سند صحیح ہے۔

''ایک بزرگ نے اللہ تعالیٰ سے دُعا کی کہ یا اللہ مجھ کو کوئی کرامت دے دے۔ یہ تیری بندی (میری بیوی) بہت کڑوی کڑوی بات کرتی ہے۔ مجھ سے برداشت نہیں ہوتا۔ آپ کوئی کرامت دے دیں تاکہ میں اپنی زندگی کا رعب اُس پر جما سکوں اور پھر یہ مجھ کو ولی اللہ سمجھ کر میری بد دعا کے ڈر سے مجھے نہیں ستائے گی۔ آسمان سے آواز آئی ''اپنی چارپائی پر بیٹھ جا، میں اس کو اُڑنے کا حکم دے دوں گا۔ چارپائی کے ساتھ اُس عورت کے اُوپر سے اڑ جا۔ پھر اُس کو بتا دے کہ دیکھ میں نے تجھ کو کیسی کرامت دکھائی۔ اب تو مجھے بزرگ مان لے اور مجھے مت ستا۔

چارپائی پر بیٹھتے ہی چارپائی اُڑنے لگی۔ صحن کے اُوپر سے وہ بزرگ اُڑا اور اپنی بیوی کے اوپر آنگن پر خاص طور سے کئی دفعہ اُڑ کے دکھایا۔ پھر آ کر پوچھا کہ تم نے آج کوئی بزرگ دیکھا۔ بیوی نے کہا کہ آج ایسے بزرگ دیکھے جو آسمان پر اُڑ رہے تھے۔ میرے صحن پر سے کئی دفعہ گذرے۔ بزرگ اُن کو کہتے ہیں۔ ایک تُو ہے کہ خواہ مخواہ بزرگ بنا ہوا ہے، ہر وقت زمین پر دھرا ہوا ہے، کبھی تو نے بھی اُڑ کر دکھایا۔ اُن بزرگ نے کہا کہ خدا کی قسم وہ میں ہی تھا۔ خدا نے آج مجھے کرامت دی۔ یہ سُن کر اُس بزرگ کی بیوی نے فوراً کہا: ''ارے تم تھے وہ۔ جب ہی تو کہوں کہ تُو ٹیڑھا ٹیڑھا کیوں اُڑ رہا ہے۔'' (1)

ہاں البتہ مردوں کو ناشکری والی احادیث پڑھ کر بیویوں پر برس نہیں پڑنا چاہیے۔ بیویوں کی تلخ کلامی اور ناشکری پر صبر کرنے کا اللہ کے ہاں خاوندوں کے لیے بڑا عظیم اجر ہے۔ صحیح بخاری کی حدیث جس میں عورتوں کو پسلی (Ribs) سے تشبیہ دی ہے (اَلْمَرْأَةُ كَالضِّلَعِ) اور بتایا ہے کہ اُن میں فطری طور پر کچھ ٹیڑھا پن (مثلاً جذباتی پن (emotional

---

1) مواعظ درد محبت (جلد اول)، حکیم محمد اختر، کراچی، کتب خانہ مظہری

(وَفِيهَا عِوَجٌ) ہے، اُن الفاظ کی شرح کرتے ہوئے شارح صحیح بخاری علامہ قسطلانیؒ لکھتے ہیں:

فِيهِ تَعْلِيمٌ لِلْاِحْسَانِ اِلَى النِّسَاءِ وَالرِّفْقِ بِهِنَّ وَالصَّبْرِ عَلٰى عِوَجِ اَخْلَاقِهِنَّ. (ارشاد الساری۔ جلد8، صفحہ78)

''اِس حدیث میں ہمیں یہ تعلیم دی گئی ہے کہ ہم عورتوں کے ساتھ احسان کریں، ان کے ساتھ نرمی سے پیش آئیں اور اُن کے مزاج کے ٹیڑھے پن (تلخ کلامی، ناشکری) پر صبر کریں۔''

غرض کہ خاوند اور بیوی دونوں کو چاہیے کہ ایک دوسرے کی ناشکریوں کو برداشت کریں اور عارف باللہ حکیم محمد اختر صاحب کی خوبصورت نصیحت پر عمل کریں:

''مرد حضرات کو چاہیے کہ اگر بیوی کڑوی بات کر رہی ہو تو ایک گلاب جامن اُس کے منہ میں ڈال دو تا کہ گالی بھی میٹھی نکلے۔''

جب دوسرے لوگوں کے پاس کوئی نعمت دیکھ کر دل میں اللہ کی ناشکری کے جذبات پیدا ہوں تو رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ فرمان یاد کر لیا کریں:

اُنْظُرُوْا اِلٰى مَنْ هُوَ اَسْفَلَ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوْا اِلٰى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَهُوَ اَجْدَرُ اَنْ لَا تَزْدَرُوْا نِعْمَةَ اللّٰهِ عَلَيْكُمْ (صحیح مسلم، کتاب الزھد والرقائق)

''اُن لوگوں کی طرف دیکھو جو تم سے کم (less-fortunate) ہیں اور اُن کی طرف نہ دیکھو جو (مال و اسباب اور دنیا کی نعمتوں میں) تم سے اوپر ہیں۔ اِس طرح سے زیادہ امکان ہے کہ تم اپنے اوپر اللہ کی عنایات کی بے قدری (ناشکری) نہیں کرو گے۔''

اولاد اور انسان کی بعض روحانی بیماریاں

اسلام نے نکاح کرنے کا سختی سے حکم دیا ہے لیکن ساتھ ہی انسان کو خبردار بھی کیا ہے کہ اولاد اور مال اُس کا امتحان لینے کے لیے ہیں:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللّٰهِ ۝

(سورۃ المنافقون: آیت 9)

"اے لوگو جو ایمان لائے ہو، تمہارے مال اور تمھاری اولادیں تم کو اللہ کی یاد سے غافل نہ کردیں۔"

حدیث میں آتا ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

إِنَّ الْوَلَدَ مَبْخَلَةٌ مَجْبَنَةٌ مَجْهَلَةٌ مَحْزَنَةٌ

(طبرانی الکبیر، جلد۲۴، صفحہ۲۴۱) **(1)**

"بیشک بچے انسان میں کنجوسی، بزدلی، جہالت (علم سے دوری) اور اداسی پیدا کرتے ہیں۔"

اِس حدیث کی شرح کرتے ہوئے عرب عالم شیخ محمد صالح المنجد لکھتے ہیں:

"جب رسولِ کریمؐ نے فرمایا کہ بچے انسان میں کنجوسی پیدا کرنے کا سبب ہوتے ہیں تو اِس کا مطلب یہ ہے کہ جب وہ شخص اللہ کے راستے میں خرچ کرنے لگتا ہے تو شیطان اُس شخص کو اُس کے بچے یاد کرواتا ہے چنانچہ وہ شخص سوچتا ہے "میرے بچوں کو اِن پیسوں کی ضرورت ہے، جب میں مرجاؤں گا تو یہ پیسہ میرے بچوں کے کام

---

1) اِس حدیث کی سند کو شیخ ناصر الدین البانی نے صحیح الجامع (حدیث نمبر 1990) میں صحیح قرار دیا ہے۔

آ ئے گا۔"

جب آپؐ نے فرمایا کہ اولاد انسان میں بزدلی پیدا کرتی ہے تو اس کا مطلب ہے کہ جب انسان اللہ کے راستے میں جہاد کرنے کے لیے نکلنے لگتا ہے تو شیطان آ کر اس کے دل میں وسوسہ ڈالتا ہے۔ "جہاد میں تم قتل ہو جاؤ گے تو تمہارے بچے یتیم ہو جائیں گے اور اکیلے ہو جائیں گے۔" چنانچہ وہ شخص گھر میں ہی رہتا ہے اور جہاد کے لئے نہیں نکلتا۔

جب آپؐ نے فرمایا کہ بچے انسان کی جہالت کا سبب ہوتے اس کا مطلب ہے کہ بچے اپنے باپ کی توجہ اسلامی علم حاصل کرنے، اسلامی مجالس میں شرکت کرنے اور اسلامی کتابوں سے ہٹا دیتے ہیں اور وہ شخص اسلامی علوم میں جاہل رہ جاتا ہے۔

جب رسولِ کریمؐ نے فرمایا کہ اولاد انسان کے لیے غم وحزن کا سبب ہوتی ہے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ جب بچہ باپ سے کسی چیز کا مطالبہ کرتا ہے جو والد اس کے لیے نہ خرید سکے تو یہ چیز باپ کو اداس کرتی ہے اور اگر بچہ بڑا ہو کر نافرمان اور سرکش ہو جائے یہ چیز والدین کے لیے مسلسل باعثِ اذیت ہوتی ہے۔" (1)

اس کا یہ مطلب نہیں کہ مسلمان فیملی پلاننگ شروع کر دیں کیونکہ فیملی پلاننگ تو شیطان کرتا ہے۔ شیطان کم بچے اور خوش حال گھرانے کا نعرہ بلند کرتا ہے اور ہم جانتے ہیں کہ شیطان کا ہر نعرہ جھوٹا ہوتا ہے۔ دراصل قرآن اور حدیث میں یہ بتایا گیا ہے کہ جو شخص مال اور اولاد کی محبت پر اللہ کی محبت کو غالب رکھنے میں کامیاب رہا تو اُس کے لیے اللہ کے ہاں بڑا اجر ہے جیسا کہ سورہ التغابن کی آیت 15 میں بیان ہوا ہے۔

1) ظاهرة ضعف الايمان: الامراض، الاسباب، العلاج۔ محمد صالح المنجد۔ مطبوعہ ریاض 1413ھ مطبع سفیر

باب نمبر 7

تزکیہ نفس کرنے کے عملی طریقے

دل اور زبان کے تزکیے کے متعلق یہ بات یاد رکھنی چاہیے کہ یہ ایک مسلسل عمل (Lifelong Process) ہے اور اس کے لیے مستقل محنت کی ضرورت ہے۔ ہمیں اپنی خامیوں پر پوری زندگی نظر رکھنی ہوتی ہے اور اُن کی اصلاح کرتے رہنا ہوتا ہے۔ ہمیں ہر دم اپنا محاسبہ کرتے رہنا ہوتا ہے۔ قرآن میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ عَلَيْكُمْ أَنفُسَكُمْ ﴾ (سورۃ المائدہ: 105)

"اے لوگو جو ایمان لائے ہو! اپنے نفس کی فکر کرو (یعنی اپنے نفس کا تزکیہ کرو۔)"

حضرت عمرؓ بن خطاب فرمایا کرتے تھے:

حَاسِبُوْا اَنْفُسَكُمْ قَبْلَ اَنْ تُحَاسِبُوْا ، وَزِنُوْهَا قَبْلَ اَنْ تُوْزَنُوْا

ثُمَّ قَرَءَ اٰيَةً مِنَ الْقُرْاٰنِ:

يَوْمَئِذٍ تُعْرَضُوْنَ لَاتَخْفٰى مِنْكُمْ خَافِيَةٌ o (سورہ الحاقۃ:18)

"تم اپنے اعمال کا حساب (Reckoning) خود کرلو اِس سے پہلے کہ تمہارا حساب کیا جائے (روزِ قیامت) اور اپنے اعمال کو خود تول لو پھر آپؓ نے یہ آیت تلاوت کی:

''وہ دن ہو گا جب تم لوگ پیش کیے جاؤ گے، تمہارا کوئی راز بھی چھپا نہ رہ جائے گا۔''

(سورہ الحاقۃ)'' (1)

قرآن نے ہمیں ایک قائدہ کلیہ بتادیا ہے کہ مسلم قوم جب تک اپنے نفس کا تزکیہ نہیں کرے گی، اُس کے حالات بہتر نہیں ہو سکتے، اُن پر مسلسل ظالم، چور اور ڈاکو حکمران چہرے بدل بدل کر مسلط ہوتے رہیں گے:

اِنَّ اللّٰهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتّٰى يُغَيِّرُوْا مَا بِاَنْفُسِهِمْ o (سورہ الرعد:11)

''حقیقت یہ ہے کہ اللہ کسی قوم کی حالت کو اُس وقت تک نہیں بدلتا جب تک وہ خود اپنے اپنے اندر کی حالت کو نہیں بدلتے (یعنی تزکیہ نفس کرے)۔''

پس زندگی بہت تھوڑی ہے، موت کا کچھ پتہ نہیں کب آجائے۔ ہمیں جلد از جلد اپنے دل کا تزکیہ اور نیک اعمال کر لینے چاہیں کیونکہ پتہ نہیں ہماری زندگی کی شام کب ڈھل جائے۔ یہاں پر دل اور زبان کے تزکیہ کے لیے جو چیزیں اہم ہیں اُن میں سے چند امور بیان کیے جاتے ہیں۔

نماز کے ذریعے تزکیہ نفس

تزکیہ نفس کے سلسلے میں سب سے پہلا نسخہ جو اسلام بتاتا ہے وہ ہے پانچ وقت کی نماز۔ نماز کے ذریعے انسان کے نفس کا تزکیہ ہوتا ہے جیسا کہ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

قَدْ اَفْلَحَ مَنْ تَزَكّٰىo وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهٖ فَصَلّٰى o (الاعلیٰ:14:15)

---

1) تفسیر ابن کثیر (8 / 213) - الدر المنثور (14 / 673)

''فلاح پا گیا وہ شخص، جس نے پاکیزگی اختیار کی اور اپنے رب کا نام یاد کیا، پھر نماز پڑھی۔''

اِن آیات سے پتہ چلتا ہے کہ فلاح کے لیے تزکیہ کی ضرورت ہے اور تزکیہ کے لیے اللہ کے ذکر اور نماز کی ضرورت ہے۔ نماز کا مقصد اللہ کی یاد کو دل میں تازہ کرنا ہوتا ہے۔ قرآن میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ مجھے یاد کرنا چاہتے ہو تو نماز قائم کرو۔

اَقِمِ الصَّلٰوۃَ لِذِکْرِیْ o (سورہ طٰہٰ :14)

''میری یاد کے لیے نماز قائم کرو۔''

انسان کی فطرت میں بھول جانا شامل ہے جس کا ذکر قرآن میں آتا ہے:

وَلَقَدْ عَہِدْنَآ اِلٰٓی اٰدَمَ مِنْ قَبْلُ فَنَسِیَ وَلَمْ نَجِدْ لَہٗ عَزْمًا o

''ہم نے اِس سے پہلے آدم کو ایک حکم دیا تھا، مگر وہ بھول گیا اور ہم نے اُس میں عزم کی پختگی کو نہ پایا۔'' (سورہ طٰہٰ : آیت 115)

''بھول جانا'' دراصل انسان کی وجہِ تسمیہ ہے۔ بعض علماء کا خیال ہے کہ لفظ انسان عربی لفظ ''نَسِیَ یَنْسیٰ ''(بھول جانا) سے نکلا ہے۔ اِس بات کو مزید تقویت مفسرِ قرآن حضرت عبداللہ بن عباسؓ کے اِس قول سے بھی ملتی ہے:

اِنَّمَا سُمِّیَ الْاِنْسَانُ اِنْسَانًا لِاَنَّہٗ عَہِدَ اِلَیْہِ فَنَسِیَ (1)

''انسان کو ''انسان'' اِس لیے کہتے ہیں کیونکہ اُس نے خدا کے ساتھ عالمِ ارواح میں عہد کیا اور پھر اُس عہد کو بھلا دیا۔''

مسلمانوں پر روزانہ پانچ مرتبہ نمازیں فرض کی گئی ہیں۔ اُن کا ایک مقصد اسی عہد کی یاد

---

1) ابن المنظور الافریقی۔ مُعجَم لِسانُ العَرَب، مطبوعہ بیروت 1968ء

دہائی ہے۔ دنیا کے مشاغل میں مصروفیت کی وجہ سے انسان کے دل پر غفلت کے پردے پڑ جاتے ہیں۔ علامہ اقبال اپنی کتاب ''اسلام میں جدید الٰہیات کی تشکیل'' میں لکھتے ہیں:

''روزانہ کی پنج وقتی نمازوں کے اوقات کی تقسیم اس طرح کی گئی ہے کہ وہ انسانی خودی کو روزمرہ کی مشینی زندگی سے آزاد کرتی ہیں۔نماز انسان کی خودی کو دن کے کام کاج اور رات کے سونے کے بندھے معمول سے آزادی مہیا کرتی ہے۔''

نماز میں دل کی کیفیت اور کھیل تفریح میں دل کی کیفیت

جب انسان نماز کے لیے کھڑا ہوتا ہے تو دراصل اُس کا دل عبادت کا ستون ہوتا ہے، اگر دل مضبوط ہوگا تو نماز اور دیگر عبادات میں تھکاوٹ محسوس نہیں ہوتی لیکن اگر دل بیمار ہو تو جسم کو عبادات وزنی محسوس ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔اس کے برعکس اگر دل مضبوط ہوگا تو باجماعت نماز کے لئے مسجد جانا اُس کے لئے مشکل نہ ہوگا۔اسی طرح تہجد کے وقت اُسے نیند میں نہیں بلکہ نوافل اور دعاؤں میں مزہ آئیگا۔

کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ ہم نماز کی امامت کرائیں اور نماز معمول سے لمبی کر دیں تو نماز کے بعد کوئی جوان اور صحت مند شخص ہمیں آکر کہتا ہے کہ نماز اتنی لمبی نہ کریں جب کہ اُس صف میں کوئی نوے (90) سالہ بوڑھا بخوشی لمبی رکعتیں پڑھ لیتا ہے۔اِس کا مطلب ہے کہ نماز میں تھکاوٹ ہمارے جسم یا پٹھوں (Muscles) کی نہیں ہوتی بلکہ ہمارے دل کی وجہ سے ہوتی ہے۔ اگر دل کا تزکیہ ہوا ہے تو لمبی رکعتیں انسان کی طبیعت پر بھاری نہیں ہونگی۔

آخر کیا وجہ ہے کہ یہی جوان شخص جب کھیل کے میدان میں جاتا ہے اور دو گھنٹے تک کھیلتا رہتا ہے تو اُس کی طبیعت اکتاتی (bored) نہیں جبکہ پانچ منٹ قرآن سننے سے اُس کی طبیعت فوراً خراب ہونا شروع ہو جاتی ہے۔چھوٹی اور لمبی نماز میں فرق صرف پانچ (5) منٹ کا ہوتا ہے لیکن آخر کیا وجہ ہے کہ اِن پانچ منٹوں میں وہ شخص بور ہو جاتا ہے اور اُس کے صبر کا پیمانہ لبریز ہو جاتا ہے جبکہ دو گھنٹوں کے کرکٹ کے کھیل سے وہ بور نہیں ہوتا۔آخر کیوں ایک شخص دو گھنٹے

میدان میں کھڑا فیلڈنگ کرتا ہے اور لکڑی کے بلے اور سرخ چمڑے یا ربڑ کی گیند (Cricket Ball) کی طرف گھورتے ہوئے وہ بوریت کا شکار نہیں ہوتا اور اُس کا دل اُس کرکٹ کے کھیل میں اٹکا ہوا ہوتا ہے۔ دراصل بات یہ ہے کہ نماز اور عبادت میں جو چیز کھڑی ہوئی ہوتی ہے وہ ہمارا دل ہے جبکہ کھیلوں میں ہمارا جسم اور Muscles کھڑے ہوتے ہیں۔

نماز میں کی مشینی (Autopilot) کیفیت

ہوائی جہازوں میں 1912ء میں سب سے پہلے Autopilot کا سسٹم نصب ہوا جس کا مقصد یہ تھا کہ ایک دفعہ جب جہاز اُڑ جائے تو پھر پائلٹ آرام کرے اور ہوائی جہاز خود بخود اُڑتا رہے۔ آج Autopilot سسٹم میں بہت سے اضافے ہوگئے ہیں لیکن زیادہ دلچسپ بات یہ ہے کہ مسلمانوں نے "Autopilot" مغربی لوگوں سے کئی سو سال پہلے ایجاد کرلیا تھا۔ یہ اُس دور کی بات ہے جب مسلمانوں نے اپنی نمازوں میں خشوع وخضوع کو چھوڑا تھا۔ مسلمان اپنی نماز کو ''اللہ اکبر'' کی صدا سے شروع کرتے ہیں اور پھر اپنے دماغ میں Autopilot کو سٹارٹ (ON) کردیتے ہیں اور ایک مشین کی طرح اُن کے منہ سے نماز کے کلمات ادا ہوتے رہتے ہیں، رکوع وسجود ہوتے ہیں جبکہ اُن کا دماغ مختلف جگہوں کی سیر کررہا ہوتا ہے یا کسی مسئلے میں اُلجھا ہوا ہوتا ہے۔ جب لینڈنگ (Landing) کا ٹائم آتا ہے تو اُن کی نماز کا "Autopilot" بند (OFF) ہوجاتا ہے اور وہ سلام پھیر لیتے ہیں۔

ایسی نماز جس میں انسان کا دل اور زبان "Autopilot" پہ سیٹ ہوئے ہوں اُس میں سے انسان کو کیا ملے گا۔ اِس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ ہم نماز پڑھنا چھوڑ دیں کیونکہ پانچ وقت کی نماز تو ہم پر فرض ہے۔ اُس سے کوئی راہِ فرار ہے ہی نہیں۔ مقصد دراصل نماز میں اپنی پوری توجہ (Concentration) مرکوز کرنا ہے۔ اِس لیے ہمیں چاہیے کہ جب ہم نماز کی نیت باندھیں تو شیطان کو بالکل نہ اجازت دیں کہ وہ ہمارے اندر کے "Autopilot" کا بٹن دبا کر ہمارے ذہن کو ہائی جیک (Hijack) کرنے کی کوشش کرے۔

ہمیں اپنے خیالات کا کنٹرول اپنے ہاتھ میں رکھنا چاہیے کیونکہ نماز کے دوران ہم سب سے بڑے بادشاہ کے سامنے کھڑے ہوئے ہوتے ہیں۔

اس میں شک نہیں کہ روزانہ کی مصروفیات سے متعلق خیالات یا غصہ پیدا کرنے والے واقعات یاد دلا کر انسانوں کے اذہان پر شیطان جتنے رکیک حملے نماز کے دوران کرتا ہے اتنے شاید ہی کسی اور موقع پر کرتا ہو۔نماز کے دوران دھیان عبادت کی طرف نہ ہونا یا نماز تیز تیز ادا کرتے ہوئے نماز کی چوری کرنا یا نماز میں ریا کاری کرنا ایسے اعمال ہیں جو اس روحانی غذا کو بیمار کردینے والی غذا بنادیتے ہیں۔ رسولِ کریمؐ نے فرمایا:

اِنَّمَا يُكْتَبُ لِلْعَبْدِ مِنْ صَلَاتِهِ مَا عَقِلَ مِنْهَا

(مسند احمد، ابو داؤد ،النسائی، ابن حبان) **(1)**

"آدمی کے لیے نماز میں اتنا ہی حصہ ہے جتنا وہ سمجھ کر پڑھے۔"

امام غزالی نے "احیاء العلوم" میں نماز میں خشوع وخضوع پیدا کرنے طریقہ یہ بتایا ہے کہ نماز میں الفاظ کے معانی پر غور کیا جائے تا کہ دوسرے خیالات نہ آئیں۔ علاوہ ازیں، تہجد کی نماز بھی نماز میں خشوع وخضوع لانے میں بہت معاون ثابت ہوتی ہے جس کو اب ہم آگے بیان کرتے ہیں۔

نماز میں خشوع وخضوع پیدا کرنا

نماز کے ذریعے دل اور زبان کا تزکیہ تب ہی ہو گا جب بندہ خشوع وخضوع کے ساتھ نماز ادا کرے گا۔قرآن میں بتایا گیا ہے کہ مومنین کی فلاح کا دارومدار ایسی نماز پر ہے جو خشوع و خضوع سے ادا کی گئی ہو جیسا کہ قرآن میں آتا ہے:

---

1) الحافظ العراقی نے کتاب "تخریج الاحادیث الاحیاء" میں بیان کیا ہے کہ اس حدیث کو امام احمد نے صحیح درجہ کی سند کے ساتھ نقل کیا ہے اور اُن کے مطابق یہ حدیث مرفوع ہے۔

قَدْ اَفْلَحَ الْمُؤْمِنُوْنَ ہ اَلَّذِیْنَ هُمْ فِیْ صَلَاتِهِمْ خٰشِعُوْنَ ہ

(المومنون:2-1)

''ایمان لانے والے کامیاب ہوگئے، جو اپنی نمازیوں میں خشوع (یعنی عاجزی) اختیار کرتے ہیں۔''

علامہ ابن القیم الجوزیہؒ (التوفی 751ھ) نے اپنی کتاب الوَابِلُ الصَّیِّبِ مِنَ الْکَلِمِ الطَّیِّبِ میں خشوع وخضوع کے حوالے سے نمازیوں کی پانچ اقسام بیان کرتے ہیں جن کا خلاصہ عصرِ حاضر کے ایک مصلح خلیل الرحمٰن چشتی صاحب نے ''تزکیہ نفس'' میں پیش کیا ہے۔ یہاں پر ہم اپنی تشریحات کے ساتھ اُسے درج کرتے ہیں۔ علامہ ابن قیم نے نمازیوں کی پانچ قسمیں بتائی ہیں:

1. مُفرِط　　2. مَحْوِ وَساوِس　　3. مُجاهِد وَساوِس

4. مُسْتَغْرِق　　5. مُشاهِد

1) مُفْرِطْ (Reckless in Prayers)

مفرط وہ ہے، جو نماز میں ڈنڈی مارتا ہے، صحیح طریقے سے وضو نہیں کرتا، ارکان نماز کا خیال نہیں رکھتا، اوقاتِ نماز کے بارے میں لاپرواہی برتتا ہے، ایسے شخص میں منافقت کی خصوصیات موجود ہوتی ہیں۔

2) محوِ وَساوِس (Physically Present, Mentally Absent in Prayers)

محوِ وَساوِس وہ شخص ہے جو نماز کے اندر جب اِدھر اُدھر کے خیالات وارد ہوتے ہیں تو وہ اُن میں گم ہوجاتا ہے۔ نہ تو الفاظِ نماز پر اُس کی توجہ ہوتی ہے اور نہ اللہ تعالیٰ کی

طرف ۔ بظاہر تو وہ سب کے ساتھ ہے لیکن اُس کے دل اور دماغ کہیں اور ہوتے ہیں ۔ ایسا شخص نماز میں اپنے نفس کو ان وسوسوں کے حوالے کر دیتا ہے اور انہیں دور کرنے کی کوشش نہیں کرتا ۔

3) مُجَاهِد وَساوِس (Struggler in Prayers)

مُجَاهِد وَساوِس کا درجہ پہلی دو اقسام کے مقابلے میں یقیناً بلند ہے ۔ یہ ایک باہمت شخص ہے، جو اپنی نماز کو چوری سے محفوظ رکھنے کے لیے مجاہدہ کرتا ہے ۔ ہم میں سے ہر شخص کو دورانِ نماز مختلف خیالات کا سامنا کرنا پڑتا ہے ۔ لیکن مجاہد وساوس اُن سے لڑتا ہے اور نماز کے الفاظ پر بار بار اپنی توجہ مبذول کرتا ہے ۔ اپنے آپ کو اللہ کے سامنے حاضر کرنے کی کوشش کرتا ہے ۔ ایسا شخص اگر اپنے مجاہدے کو جاری رکھے تو یہ امید کی جا سکتی ہے کہ مستقبل میں وہ نماز کے اعلیٰ درجات کے حصول میں کامیاب ہو جائے ۔

4) مُسْتَغْرِق (Immersed in Prayers)

مُجَاهِد وَساوِس سے اعلیٰ درجہ، مُسْتَغْرِق کا ہوتا ہے کیونکہ وہ اپنی نماز کو کامل انہماک اور اِستغراق کے ساتھ ادا کرتا ہے اور پورے اطمینان کے ساتھ نماز کا ایک ایک رکن پورا کرتا ہے بلکہ نماز میں غرق ہو جاتا ہے ۔

5) مُشاهِد (Excelled in Prayers)

مُشاهِد کا درجہ سب سے اعلیٰ ہے ۔ وہ نہ صرف شرائط، اوقات اور ارکانِ نماز کا خیال رکھتا ہے، وسوسوں سے لڑتا ہے اور نماز میں غرق ہوتا ہے، بلکہ یہ محسوس کرتا ہے کہ اللہ تعالیٰ اُس کو دیکھ رہا ہے اور پھر وہ اپنے آپ کو اللہ تعالیٰ کے سامنے موجود پاتا ہے ۔ بالفاظِ دیگر، وہ صحیح مسلم کی حدیثِ احسان کی عملی تصویر ہوتا ہے جیسا کہ حدیث میں آتا ہے:

اَنْ تَعْبُدَ اللّٰہَ کَاَنَّکَ تَرَاہُ،فَاِنْ لَّمْ تَکُنْ تَرَاہُ فَاِنَّہٗ یَرٰکَ

(صحیح مسلم، کتاب الایمان)

یعنی وہ اللہ کی عبادت اس طرح کرتا ہے، جیسے وہ اللہ کو دیکھ رہا ہے، یا پھر کم سے کم یہ سمجھتا ہے کہ اللہ مجھے دیکھ رہا ہے۔ مشاہد ایسا شخص ہے، جو نہ صرف اللہ سے ہم کلام ہے، بلکہ اللہ کی طرف ہمہ تن مشغول ہے۔وہ دل کی آنکھوں سے اللہ کو دیکھتا ہے اور اپنی آنکھیں ٹھنڈی کرتا ہے۔ (1)

صدقہ وخیرات کے ذریعے تزکیہ نفس

پچھلی سطور میں یہ بیان ہو چکا ہے کہ رسولِ کریمؐ نے فرمایا ہے کہ تقویٰ کا تعلق دل سے ہے۔قرآن نے بھی تزکیہ اور تقویٰ کو ساتھ رکھا ہے کیونکہ تزکیہ دل کا ہوتا ہے اور تقویٰ بھی دل میں ہوتا ہے جیسا کہ قرآن میں آتا ہے:

فَلَا تُزَکُّوْٓا اَنْفُسَکُمْ ھُوَ اَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقٰی o (سورۃ النجم: 32)

''پس اپنے نفس کے تزکیے کا دعویٰ نہ کرو، اللہ ہی بہتر جانتا ہے کہ واقعی متقی کون ہے؟''

جس طرح تقویٰ اور تزکیہ کا گہرا تعلق ہے، اُسی طرح تقویٰ اور صدقہ کا بھی گہرا تعلق ہے۔ایک سوڈانی عالمِ اسلام شیخ ڈاکٹر عبداللہ ادریس علی کے مطابق قرآن میں تقریباً جہاں بھی ''تقویٰ'' (خدا خوفی) کا ذکر آیا ہے وہاں پر ساتھ ہی ''انفاق فی سبیل اللہ'' (زکوٰۃ وخیرات وصدقات) کا ذکر بھی آیا ہے، جس کا مطلب ہے کہ تقویٰ اللہ کی راہ میں خرچ کیے بغیر حاصل

---

1) تزکیہ نفس (مفہوم، ماہیت اور تدبیریں)، خلیل الرحمٰن چشتی، محمد خان منہاس۔ مطبوعہ الفوز اکیڈمی، اسلام آباد، 2006ء

ہو ہی نہیں سکتا۔جیسا کہ ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

فَاَمَّا مَنْ اَعْطٰی وَاتَّقٰی o (سورہ الیل: آیت 5)

''جس نے اللہ کی راہ میں خرچ کیا اور تقویٰ اختیار کیا۔''

ہم قرآن میں یہ بھی دیکھتے ہیں (جیسا کہ مفسرِ قرآن مولانا امین احسن اصلاحی نے بیان کیا تھا) کہ قرآن میں جہاں بھی اللہ کی راہ میں خرچ کرنے کا ذکر ہے وہاں اُس کی ضد یعنی بخل (کنجوسی) یا سود کا موضوع بھی بیان ہوا ہے۔ دراصل وہاں پر انفاق کی ضد بیان کر کے انفاق کے تصور کو مزید اجاگر کیا گیا ہے۔(تفسیر تدبر القرآن۔جلد ۱) اسی طرح سورہ ال عمران میں جہاں ایسے لوگوں کا ذکر ہے جو تقویٰ کی روش اختیار کرتے ہیں وہاں اُن لوگوں کی یہ صفات بیان ہوئی ہیں:

الصَّابِرِيْنَ وَالصَّادِقِيْنَ وَالْقَانِتِيْنَ وَالْمُنفِقِيْنَ وَالْمُسْتَغْفِرِيْنَ بِالْأَسْحَارِ o (سورہ ال عمران: آیت 17)

''یہ لوگ صبر کرنے والے ہیں، راست باز ہیں، فرمانبردار ہیں اور اللہ کی راہ میں خرچ کرنے والے ہیں اور رات کی آخری گھڑیوں میں اللہ سے مغفرت طلب کرتے ہیں۔''

اِس آیت میں نظمِ قرآن کے لحاظ سے ایک لطیف اشارہ موجود ہے۔چونکہ ''مُنفِقِين'' کا ذکر ''مُسْتَغْفِرِيْنَ بِالْأَسْحَارِ'' سے پہلے ہوا ہے اِس لیے ہم رات کی تنہائیوں میں مغفرتِ رب کے مقام کو اللہ کے راستے میں خرچ کرنے کے بعد ہی پہنچ سکتے ہیں۔

صدقہ سے دل اور زبان کا تزکیہ کرنے میں آسانی

اللہ کے راستے میں خرچ کرنے (انفاق فی سبیل اللہ) کا سب سے بڑا فائدہ یہ ہوتا

ہے کہ انسان کے لیے اپنے دل اور زبان کا تزکیہ کرنے کا عمل آسان ہو جاتا ہے وگرنہ اس دنیا میں عام اصول یہی ہے کہ نیکی کی راہ مشکل ہوتی ہے اور گناہ کا راستہ آسان۔ اس لیے اسلامی اصطلاح میں جنتیوں کے لیے ''درجات'' (بلندی کے زینے) استعمال ہوا ہے جن پر چڑھنا دشوار ہوتا ہے جبکہ جہنمیوں کے لیے ''درکات'' (نیچائی کی گہرائیاں) کی اصطلاح استعمال ہوئی ہے کیونکہ گہرائی کی طرف جانا آسان ہوتا ہے۔ لیکن صدقہ ایک ایسا عمل ہے کہ اس کی وجہ سے جنت کی بلندیوں کی طرف چڑھنا اللہ تعالیٰ آسان کر دیتا ہے۔ اسی مضمون کی طرف سورۃ البلد میں اشارہ ہے:

وَهَدَيْنٰهُ النَّجْدَيْنِ ۝ فَلَا اقْتَحَمَ الْعَقَبَةَ ۝ وَمَآ اَدْرٰكَ مَا الْعَقَبَةُ ۝ فَكُّ رَقَبَةٍ ۝ اَوْ اِطْعٰمٌ فِيْ يَوْمٍ ذِيْ مَسْغَبَةٍ ۝ يَّتِيْمًا ذَا مَقْرَبَةٍ ۝ اَوْ مِسْكِيْنًا ذَا مَتْرَبَةٍ ۝ (سورۃ البلد: آیات 16-10)

''اور دونوں نمایاں راستے انسان کو (اللہ نے) دکھا دیئے۔ مگر اس نے دشوار گزار چڑھائی کی طرف جانے والے راستے پر جانے کی ہمت نہ کی اور تم کیا جانو کہ کیا ہے وہ دشوار گزار گھاٹی؟ کسی گردن کو غلامی سے چھڑانا (یعنی کسی کا قرض ادا کروا دینا) یا فاقے کے دن کسی قریبی یتیم یا خاک نشین مسکین کو کھانا کھلانا۔''

اِن آیات میں اللہ فرما رہا ہے کہ ''عَقَبَہ'' یعنی وہ دشوار گزار راستہ جو بلندی پر جانے کے لیے پہاڑوں پر سے گزرتا ہے کیونکہ یہ نیکی کا راستہ ہے۔ لیکن جب انسان کا دل مال کی محبت اور بخالت (کنجوسی) کی بیماری سے پاک ہو جائے تو اُس کے لیے اللہ تمام نیکیاں آسان کر دیتا ہے جیسا کہ قرآن میں ارشاد ہے:

فَاَمَّا مَنْ اَعْطٰى وَاتَّقٰى ۝ وَصَدَّقَ بِالْحُسْنٰى ۝ فَسَنُيَسِّرُهٗ لِلْيُسْرٰى ۝ وَاَمَّا مَنْ بَخِلَ وَاسْتَغْنٰى ۝ وَكَذَّبَ بِالْحُسْنٰى ۝

فَسَنُيَسِّرُهٗ لِلْعُسْرٰى ۝ (سورہ الیل: آیات 5-10)

''تو جس نے (راہ خدا میں) مال دیا اور خدا سے ڈرا اور اچھے انجام کو سچ مانا، اُس کو ہم آسان راستے کے لیے سہولت دیں گے اور جس نے بخیلی کی اور خدا سے بے نیاز ہوا اور اچھے انجام کو جھوٹ جانا اُس کو ہم تنگی کے راستے پر ڈالیں گے۔''

انفاق فی سبیل اللہ سے شُحّ نفس کا خاتمہ

مال خرچ کرنے سے نفس کی تنگی دور ہوتی ہے۔ بخل، حسد، شُحّ نفس (دل کی تنگی) اور اس طرح کی بے شمار بیماریاں، ایسے انفاق سے دور ہو سکتی ہیں جو صرف اللہ ہی کے لیے کیا جائے، جس میں مستحقین کی تحقیر اور اذیت رسانی کا ادنیٰ شائبہ بھی نہ پایا جاتا ہو۔ یہ ایک نہایت کارگر نسخہ ہے۔ اِنفاق فی سبیل اللہ سے مال کا بھی تزکیہ ہوتا ہے اور انسانی نفس کا بھی۔ مال و دولت کی محبت اور اِس فانی دنیا سے لگاؤ کم ہو جاتا ہے اور آخرت کی طرف توجہ میں اِضافہ ہوتا ہے۔ ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

وَاَنْفِقُوْا خَيْرًا لِّاَنْفُسِكُمْ وَمَنْ يُّوْقَ شُحَّ نَفْسِهٖ فَاُولٰٓئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُوْنَ ۝ (التغابن:16)

''اور انفاق (اللہ کے راستے میں خرچ) کرو! یہ تمہارے ہی لیے بہتر ہے۔ جو لوگ اپنے دل کی تنگی سے محفوظ رکھے گئے، بس وہی فلاح پانے والے ہیں''

یہی نہیں بلکہ صدقہ خیرات کرنے سے انسان کے دل کی سختی دور ہوتی ہے۔ حضرت ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں کہ ایک شخص نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے شکایت کی کہ میرا دل سخت ہے (ان رجلاً شکی للنبی صلی اللہ علیہ وسلم قسوۃ القلب)۔ حضورؐ نے اُس سے فرمایا:

اَمْسَحْ رَأْسَ الْيَتِيْمِ وَاَطْعِمِ الْمِسْكِيْنَ (مسند احمد) (1)

''یتیم کے سر پر ہاتھ پھیر اور مسکین کو کھانا کھلا۔''

صدقہ دینے کی برکت سے حق وباطل کی صحیح سمجھ کا عطا ہونا

اللہ کے راستے میں خرچ کرنے سے جب انسان کے دل کا تزکیہ ہو جاتا ہے تو اُس کے لیے دین کے احکامات کو صحیح طرح سے سمجھنا اور شیطان کی چالوں سے ہوشیار ہونا آسان ہو جاتا ہے۔ اس کو حق کے راستے میں استقامت نصیب ہوتی ہے۔ اُسے دین کی صحیح سمجھ عطا ہو جاتی ہے کیونکہ اب اُس کے دل کا تزکیہ ہو چکا ہوتا ہے:

اَلشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَاللّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلاً وَاللّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌo يُؤتِي الْحِكْمَةَ مَن يَشَاءُ وَمَن يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْراً كَثِيراً وَمَا يَذَّكَّرُ إِلاَّ أُوْلُواْ الأَلْبَابِo (سورہ البقرہ:268,269)

''شیطان تمہیں مفلسی سے ڈراتا ہے اور شرمناک طرزِ عمل اختیار کرنے کی ترغیب دیتا ہے، مگر اللہ تمہیں اپنی بخشش اور فضل کی اُمید دلاتا ہے۔ اللہ بڑا فراخ دست اور دانا ہے، جس کو چاہتا ہے حکمت عطا کرتا ہے اور جس کو حکمت ملی اُسے حقیقت میں بڑی دولت مل گئی۔ ان باتوں سے صرف وہی لوگ سبق لیتے ہیں جو دانشمند ہیں۔''

ایسے قلبِ سلیم والے شخص کے دل میں فقر کا خوف، دوسروں کے لیے بغض اور تکبر نہیں رہتے۔ اسی ضمن میں رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

---

1) مسند احمد (9255)۔ امام المحدثین ابو بکر الهیثمی "مجمع الزوائد" (8/160) میں لکھتے ہیں کہ اس حدیث کی سند کے تمام راوی رجال الصحیح کے درجے کے ہیں۔

مَانَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ وَمَا زَادَ اللّٰهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ اِلَّا عِزًّا
وَمَا تَوَاضَعَ اَحَدٌ لِلّٰهِ اِلَّا رَفَعَهُ اللّٰهُ (صحیح مسلم)

''صدقہ کرنے سے مال میں کمی واقع نہیں ہوتی۔ اگر کوئی شخص اپنے مسلمان بھائی کو معاف کر دیتا ہے تو اللہ تعالیٰ معاف کرنے والے کی عزت میں اضافہ کرتا ہے اور جو شخص اللہ کے آگے عاجزی اختیار کرتا ہے اللہ تعالیٰ اُس کے مقام کو بلند کر دیتا ہے۔''

ایک بھکاری اور ایک عورت کی کہانی

ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ ایک مالدار شخص اپنے گھر کے صحن میں بیٹھا ہوا تھا اور اُس کی بیوی روٹی پکا رہی تھی۔ اتنے میں ایک فقیر نے دروازہ کھٹکھٹایا۔ اُس امیر آدمی کی بیوی نے پہلی پکی ہوئی روٹی اس فقیر کو دینا چاہی مگر اس شخص نے غصے سے اپنی بیوی کے ہاتھ کو جھٹک دیا، روٹی زمین پر گر گئی اور اُس شخص نے جا کر فقیر کو ڈانٹا چنانچہ وہ فقیر خالی ہاتھ وہاں سے چلا گیا۔ پھر اللہ کا کرنا ایسا ہوا کہ اُس امیر آدمی کو بزنس میں نقصان ہونا شروع ہوا یہاں تک کہ اُسے گھر کی چیزیں بیچنے کی نوبت آ گئی۔ اُس آدمی نے بالآخر اپنی شدید غربت سے تنگ آ کر اپنی بیوی کو بھی طلاق دیدی۔

اُس عورت نے کچھ عرصے کے بعد ایک دوسرے شخص سے شادی کر لی۔ ایک دن وہ عورت اپنے دوسرے خاوند کے لیے روٹی پکا رہی تھی کہ اچانک دروازہ کھٹکا اور کسی بھکاری نے آواز لگائی۔ اُس مرد نے اپنی بیوی کو کہا کہ جو روٹی پکی ہوئی ہے پہلے جا کر اس بھکاری کو روٹی دے آؤ۔ اُس عورت نے جب بھکاری کو روٹی دینے کے لیے دروازہ کھولا تو اُس کی حیرت کی کوئی انتہاء نہ رہی کہ وہ بھکاری دراصل اُس کا پہلا خاوند تھا۔ اُس عورت نے اُس کو روٹی دیدی اور کچن میں واپس آ کر رونا شروع کر دیا۔ عورت کے دوسرے خاوند نے اُس سے رونے کی وجہ پوچھی تو اُس نے بتایا کہ دروازے پر جو بھکاری تھا وہ اُس کا پہلا خاوند تھا۔ پھر اُس عورت نے اپنے

خاوند کو قصہ سنایا کہ کس طرح ایک مرتبہ اُس کے پہلے خاوند نے ایک بھکاری کو دھتکارا تھا۔ پھر اُس کے بعد اُس کے مالی حالات خراب ہونا شروع ہو گئے اور معاملہ طلاق تک پہنچا۔ یہ سن کر اُس عورت کے دوسرے خاوند کی آنکھوں میں بھی آنسو آ گئے اور اُس نے عورت کو بتایا:

''خدا کی قسم! وہ بھکاری میں ہی تھا جسے تمھارے خاوند نے دُھتکارہ تھا۔ پھر اللہ نے مجھ پر اپنا فضل کیا اور میرے مالی حالات بہت اچھے کر دیئے۔'' (1)

تب ہی تو قرآن نے ہمیں کہا گیا ہے:

فَاَمَّا الْيَتِيْمَ فَلَا تَقْهَرْ ۝ وَاَمَّا السَّآئِلَ فَلَا تَنْهَرْ ۝ (سورہ الضحیٰ: 9،10)

''پس یتیم پر سختی نہ کرو اور مانگنے والے کو مت جھڑکو۔''

پس زمانے کی گردشوں کا کچھ پتہ نہیں ہوتا۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو ہر ایسے عمل سے بچائے جو اُس کے غضب کو بھڑکا دے کیونکہ اللہ کی پکڑ بڑی سخت ہوتی ہے جیسے کہ میاں محمد بخش نے ''سیف الملوک'' میں فرمایا تھا ؎

رَبّ جبّار قہّار سُنیدا، خوف بھلا اِس باہوں
ہے ستّار غفّار ہمیشہ، رحم اُمید جناہوں

بادشاہاں تھیں بھیک منگا دے، تخت بہاوے گھاہی
کچھ پرواہ نہیں گھر اُس دے، دائم بے پرواہی

صدقہ خیرات نہ کرنے پر اللہ کی وارننگ

قرآن میں اللہ تعالیٰ نے انسان کو وارننگ دی ہے کہ ابھی صدقہ خیرات کر کے اپنے

---

1) اللؤلؤ المنثور، عبدالملک مجاہد، دارالسلام پبلشرز، ریاض

نفس کا تزکیہ کرلو ورنہ جب موت کا وقت آپہنچتا ہے تو پھر کچھ کام نہیں آتا:

وَأَنفِقُوا مِن مَّا رَزَقْنَاكُم مِّن قَبْلِ أَن يَأْتِيَ أَحَدَكُمُ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي إِلَى أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَأَكُن مِّنَ الصَّالِحِينَ ○ وَلَن يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْسًا إِذَا جَاءَ أَجَلُهَا وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ○ (سورہ المنافقون:10,11)

''جو رزق ہم نے تمہیں دیا ہے اُس میں سے خرچ کرو قبل اس کے کہ تم میں سے کسی کی موت کا وقت آجائے اور اُس وقت وہ کہے کہ'' اے میرے رب، کیوں نہ تو نے مجھے تھوڑی سی مہلت اور دے دی کہ میں صدقہ دیتا اور صالح لوگوں میں شامل ہو جاتا۔'' حالانکہ جب کسی کی مہلت عمل پوری ہونے کا وقت آجاتا ہے تو اللہ اُس کو ہرگز مزید مہلت نہیں دیتا اور جو کچھ تم کرتے ہو اللہ اُس سے باخبر ہے۔''

تہجد کی نماز کے ذریعے تزکیہ نفس

دل اور زبان کے تزکیہ کے لیے تہجد کی نماز نہایت کارگر ہے۔ تہجد کے معنی ہیں نیند توڑ کر اُٹھنا۔ رات کے وقت تہجد پڑھنے کا مطلب ہے کہ رات کا ایک حصہ سونے کے بعد پھر اُٹھ کر نماز پڑھی جائے۔ نوافل میں سب سے اعلیٰ مقام، نماز تہجد کا ہے۔ اس لیے نماز تہجد کا خصوصیت کے ساتھ اہتمام کیا جانا چاہیے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے:

اَفْضَلُ الصَّلٰوۃِ بَعْدَ الصَّلٰوۃِ الْمَکْتُوْبَۃِ ، اَلصَّلٰوۃُ فِیْ جَوْفِ اللَّیْلِ (صحیح مسلم، کتاب الصیام)

''فرض نماز کے بعد سب سے افضل نماز، درمیانی رات کی نماز (تہجد) ہے۔''

تہجد کے وقت جب کہ ہر طرف سناٹا چھایا ہوا ہوتا ہے اور بندہ اپنے دل کو اللہ کی طرف متوجہ کرتا ہے اور زبان سے اُس کے کلام پاک کی تلاوت کرتا ہے تو یہ چیز دل اور زبان دونوں کا تزکیہ کرنے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔

نمازِ تہجد میں اللہ کو یاد کرنے سے انسان کو اُس کا قرب حاصل ہوتا ہے اور یہ چیز بذاتِ خود اُس شخص کے تزکیہ نفس کا موجب ہوتی ہے۔ حدیث میں آتا ہے:

اَقْرَبُ مَایَکُوْنُ الرَّبُّ مِنَ الْعَبْدِ فِیْ جَوْفِ اللَّیْلِ الْاٰخِرِ، فَاِناسْتَطَعْتَ ، اَنْ تَکُوْنَ مِمَّنْ یَذْکُرُ اللّٰهَ فِیْ تِلْکَ السَّاعَةِ، فَکُنْ (ترمذی، کتاب الدعوات) (1)

''اللہ تعالیٰ بندے سے سب سے قریب، رات کے آخری حصے میں ہوتا ہے، لہٰذا اگر تم سے ہو سکے کہ اُن بندوں میں سے ہو جاؤ جو (اِس مبارک وقت) اللہ کا ذکر کرتے ہیں تو ضرور ہو جانا!''

توبہ اور استغفار کا بہترین وقت ..... تہجد

تزکیہ نفس اُس وقت تک ممکن نہیں ہوتا جب تک کہ انسان صدقِ دل سے توبہ کر کے اپنے دل کی میل کچیل کو صاف نہ کر لے۔ قرآن وحدیث سے پتہ چلتا ہے کہ تہجد کا وقت اِس کے لیے سب سے زیادہ موزوں ہے۔ چنانچہ ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

اِنَّ الْمُتَّقِیْنَ فِیْ جَنّٰتٍ وَّعُیُوْنٍ o اٰخِذِیْنَ مَآاٰتٰھُمْ رَبُّھُمْ اِنَّھُمْ

---

1) امام ترمذی نے اِس حدیث کو حسن صحیح کا درجہ دیا ہے۔

كَانُوا قَبْلَ ذٰلِكَ مُحْسِنِيْنَo كَانُوا قَلِيْلاً مِّنَ اللَّيْلِ مَايَهْجَعُوْنَo وَبِالْأَسْحَارِهُمْ يَسْتَغْفِرُوْنَo وَفِيْ اَمْوَالِهِمْ حَقٌّ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُوْمِ o (سورۃ الذاریات:15-19)

"متقی لوگ اُس روز باغوں اور چشموں میں ہوں گے۔ جو کچھ اُن کا رب اُنہیں دے گا، اُسے خوشی خوشی لے رہے ہوں گے۔ وہ اُس دن کے آنے سے پہلے نیکوکار تھے۔ وہ راتوں کو کم ہی سوتے تھے۔ اور وہ رات کی آخری گھڑیوں میں معافی مانگتے تھے اور اُن کے مال میں سائل اور محروم لوگوں کے لیے حق تھا۔"

اِن آیات سے پتہ چلتا ہے کہ تزکیہ نفس کرنے اور متقی بننے کے لیے تین چیزوں کی ضرورت ہے:

1) نمازِ تہجد پڑھنا

2) تہجد کے وقت توبہ واستغفار کرنا

3) اللہ کے راستے میں صدقہ وخیرات کرنا

ایک صحیح حدیث میں رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

يَنْزِلُ رَبُّنَا تَبَارَكَ وَتَعَالىٰ كُلَّ لَيْلَةٍ اِلَى السَّمَاءِ الدُّنْيَا، حِيْنَ يَبْقىٰ ثُلُثُ اللَّيْلِ الْاٰخِرِ يَقُوْلُ:

مَنْ يَدْعُوْنِيْ ؟ فَاَسْتَجِيْبَ لَهٗ

مَنْ يَسْاَلُنِيْ ؟ فَاُعْطِيَهٗ

مَنْ يَسْتَغْفِرُنِيْ ؟ فَاَغْفِرَلَهٗ (صحیح مسلم، کتاب صلاۃ المسافرین)

''ہمارا رب تبارک وتعالیٰ ہر رات کو، جب آخری تہائی حصہ باقی رہ جاتا ہے، قریبی آسمان کی طرف نزول فرماتا ہے اور کہتا ہے:

کون ہے جو مجھ سے دعا کرے؟ کہ میں اُس کی دعا قبول کروں۔

کون ہے جو مجھ سے مانگے؟ کہ میں اُس کو عطا کروں۔

کون ہے، جو مجھ سے مغفرت اور بخشش طلب کرے؟ کہ میں اُس کو بخش دوں۔''

تہجد کا وقت اپنے ماضی کی زندگی کا محاسبہ کرنے اور اپنے کیے ہوئے گناہوں پر ندامت کا بہترین وقت ہوتا ہے۔ اُس وقت انسان کی یادداشت کی صلاحیت (Ability to Recall) اپنے عروج پر ہوتی ہے۔ 1990ء کی دہائی میں امریکہ کے سائنسی تجدیدے (Scientific American) میں ایک ریسرچ چھپی تھی جو امریکہ کی یونیورسٹی آف پنسلوینیا (University of Pennsylvania) اور اسرائیل کی ایک یونیورسٹی، دو جگہوں پر کی گئی تھی جس میں انسانوں اور جانوروں کے دماغوں پر برقی الیکٹروڈ (Electrodes) لگا کر نیند کے دوران اُن کے دماغوں کا تجزیہ کیا گیا۔ اُس تحقیق کا نتیجہ یہ تھا کہ نیند لینے کے بعد انسان کی یادداشت کی صلاحیت میں اضافہ ہوتا ہے (یعنی Enchancement of Memory Process) یہی نہیں بلکہ دماغ میں یادداشت کو پکا کرنے کا عمل (Consolidation) کے لیے سب سے اہم نیند ہوتی ہے۔ امریکہ کی ہارورڈ یونیورسٹی میڈیکل سکول (Harvard University Medical College) کے "Sleep and Neuroimaging Lab" کے سائنسدان ڈاکٹر ایم پی والکر (M. P. Walker) اور معاون سائنسدانوں کی تحقیقات کے مطابق دماغ میں یادداشت کو پکا کرنے کے تین مراحل ہوتے ہیں:

1.) Stabilization of Memory
2.) Enhancement of Memory
3.) Integration of Memory

اوران تینوں مراحل میں نیند اہم کردار ادا کرتی ہے بالخصوص پہلی رات کی نیند (یعنی رات کو دیر تک جاگنا اچھا نہیں بلکہ رات کو جلدی سونا چاہیے)۔ وہ مزید لکھتے ہیں:

"Sleep in humans has been shown to trigger significant overnight learning enhancements, whereby performance is selectively improved across sleeping intervals, while equivalent waking periods confer no such performance benefit."**(1)**

''تحقیقات سے پتہ چلا ہے کہ انسانوں میں نیند کی وجہ سے سیکھنے کے عمل میں بہتری آتی ہے اور نیند کے دوران کارکردگی بہتر بنانے کی تیاری ہوتی ہے جبکہ جاگنے کی حالت میں ایسا کوئی فائدہ حاصل نہیں ہوتا۔''

چنانچہ رات کی آخری گھڑیوں میں جب بندہ نیند سے بیدار ہو کر تہجد کی نماز ادا کرتا ہے تو دعا کے دوران اپنی ماضی کی کوتاہیوں کو رات کی خاموشی میں بآسانی یاد کرسکتا ہے۔ اُن پر ندامت کے آنسو بہا کر اللہ کے حضور گڑگڑا کر معافی مانگ سکتا ہے۔ آئندہ کے لیے اپنے گناہوں سے صدق دل سے توبہ کرسکتا ہے۔ اسی قسم کے لوگوں کے متعلق اللہ تعالیٰ نے سورہ آل عمران میں فرمایا ہے:

''یہ وہ لوگ ہیں جو کہتے ہیں کہ'' مالک! ہم ایمان لائے، ہماری خطاؤں سے درگزر فرما اور ہمیں آتش دوزخ سے بچالے۔'' یہ لوگ صبر کرنے والے ہیں، راستباز ہیں، فرمانبردار اور فیاض ہیں اور رات کی آخری گھڑیوں میں اللہ سے مغفرت کی دعائیں مانگا کرتے ہیں (وَالْمُسْتَغْفِرِيْنَ بِالْاَسْحَارِ)'' (سورہ ال عمران:۱۶،۱۷)

1) Waler, M. P. et. al. (2005) "Sleep-dependant Motor Memory Plasticity in the Human Brain." Neuroscience. Vol. 133, pp.911-917

البتہ ایک چیز کا خیال رہے کہ حرام کی کمائی سے اجتناب کرنا ضروری ہے۔ رسول کریمؐ نے فرمایا کہ:

الرجل يطيل السفر اشعث اَغْبَر يمد يديه اِلَى السَّمَاءِ يارب يارب ومطعمه حرام ومشربه حرام وملبسه حرام وغذي بالحرام فَاَنّٰى يستجاب له (صحیح مسلم)

''ایک شخص طویل سفر کرتا ہے اُس کے سر کے بال غبار آلود اور پراگندہ ہیں، وہ آسمان کی طرف اپنے دونوں ہاتھ اُٹھا کر پکارتا ہے اے میرے رب، اے میرے رب لیکن اُس شخص کی کمائی اور آمدنی حرام ہے اور اُس کی خوراک، مشروب اور لباس حرام کمائی سے آئے ہیں تو ایسے شخص کی دعا اللہ تعالیٰ کیسے قبول کر سکتا ہے۔''

تہجد کی نماز اور گریہ زاری تبھی نفع بخش ہو سکتے ہیں جب انسان رزق حلال کا اہتمام کرتا ہو اور اُس کے گھر میں سب لوگ رزق حلال کماتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ تزکیہ نفس کے راستے میں غالباً سب سے بڑی رکاوٹ حرام کی کمائی ہے۔ جب تک اُسے راستے سے نہیں ہٹایا جائے گا، دل اور زبان کا تزکیہ محال ہے۔

تہجد، گناہوں سے روکنے اور نفس پر قابو پانے کے لیے

حدیث میں نمازِ تہجد کی ایک اہم صفت یہ بیان ہوئی ہے کہ یہ انسان کو گناہوں سے روکتی ہے اور گناہوں کو مٹاتی بھی ہے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ! فَاِنَّهُ دَاْبُ الصَّالِحِيْنَ قَبْلَكُمْ، وَهُوَ قُرْبَةٌ لَكُمْ اِلٰى رَبِّكُمْ، وَمَكْفَرَةٌ لِلسَّيِّئَاتِ، وَمَنْهَاةٌ عَنِ الْاِثْمِ (ترمذی)

’’قیامُ اللیل یعنی (نمازِ تہجد) کی پابندی کرو، کیونکہ وہ تم سے پہلے کے صالحین کا طریقہ اور شعار رہا ہے۔ (نمازِ تہجد) تمہارے لیے تمہارے رب کی قربت کا وسیلہ ہے۔ گناہوں کو مٹانے والی ہے اور معاصی سے روکنے والی ہے۔‘‘ (ترمذی) (1)

تہجد کی نماز میں گناہوں سے روکنے کی صفت اس لیے ہے کیونکہ قرآن کے مطابق یہ نماز نفس پر قابو پانے کے لیے بہت موزوں ہے۔ انسان کا نفس ایک سرکش گھوڑے کی طرح ہے جسے سدھارنے کی ضرورت ہوتی ہے اور یہی تزکیہ نفس کا اصل مقصود ہے۔ تزکیہ نفس کے لیے یہ طاقت انسان کو نمازِ تہجد سے حاصل ہو جاتی ہے۔

رات کے آخر پہر کی میٹھی نیند کی قربانی دے کر اُٹھنے سے انسان کی قوتِ ارادی میں مضبوطی آتی ہے۔ سورہ المزمل میں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

اِنَّ نَاشِئَةَ الَّيْلِ هِيَ اَشَدُّ وَطْاً وَّاَقْوَمُ قِيْلًاo (سورہ المزمل: آیت۶)

’’درحقیقت رات کا اُٹھنا نفس پر قابو پانے کے لیے بہت کارگر اور قرآن کو ٹھیک پڑھنے کے لیے زیادہ موزوں ہے۔‘‘

نیند، انسان کے اندر ایک انتہائی قوی محرک ہے۔ اُس کے ساتھ ساتھ انسان کی فطرت بھی آرام طلب واقع ہوئی ہے۔ اِس لیے اللہ نے فرمایا ہے کہ رات کو عبادت کے لیے اٹھنا اور دیر تک کھڑے رہنا چونکہ طبیعت کے خلاف ہے اور نفس اُس وقت آرام کا مطالبہ کرتا ہے اِس لیے یہ فعل ایسا مجاہدہ ہے جو نفس کو دبانے اور اُس پر قابو پانے کی بڑی زبردست تاثیر رکھتا ہے۔ یہ عبادت چونکہ دن کی عبادت کی بہ نسبت آدمی پر زیادہ گراں ہوتی ہے اِس لیے اِس کے التزام

---

1) یہ حدیث صحیح ہے جسے امام ترمذی نے معاویہ بن صالح عن ربیعہ کے واسطے سے روایت کیا ہے۔ امام ترمذی کے مطابق یہ حدیث ایک دوسری حدیث (جو ابو ادریس عن بلالؓ بن رباح کے واسطے سے ہے) کے مقابلے میں زیادہ صحیح ہے۔

کرنے سے آدمی میں بڑی ثابت قدمی پیدا ہوتی ہے۔وہ اپنی توبہ پر قائم رہ سکتا ہے اور اپنی اصلاح کے لیے عملی اقدامات کرسکتا ہے۔

شیخ جنید بغدادی اور نمازِ تہجد

نمازِ تہجد کی اہمیت کو اجاگر کرنے کے لئے یہاں صرف ایک واقعہ بیان کیا جاتا ہے۔
شیخ جنید بغدادیؒ ایک بہت بڑے عالم اور ولی اللہ گزرے ہیں۔امام ابو حامد غزالیؒ اپنی کتاب ''اَیُّھَا الْوَلَد'' میں لکھتے ہیں کہ شیخ جنید بغدادی کی وفات کے بعد اُن کے ایک شاگرد نے خواب میں اُنھیں دیکھا تو اُن سے پوچھا:

یَا اَبَا الْقَاسِمْ ! مَاذا فَعَلَ اللّٰہُ بِکَ؟

''اے ابو القاسم اللہ تعالیٰ نے آپ کے ساتھ مرنے کے بعد کیا کیا؟''

تو جنید بغدادیؒ نے جواب دیا: غَفَرَلِیْ ''اللہ تعالیٰ نے مجھے معاف کردیا۔''

پھر آپ نے اپنے شاگرد کو بتایا:

یَابُنَیَّ طَاحَتْ تِلْکَ الْعِبَارَات ، وَذَھَبَتْ تِلْکَ الْاِشَارَات، وَلَمْ تَنْفَعنَا اِلَّا رُکَیْعَات کُنَّا نَعدِیْھَا فِی جَوْفِ اللَّیْل.

''میرے پیارے بیٹے! (تصوف کی) باریک باتیں اُڑا چھینکی گئیں اور اشارات (علمی موشگافیاں) ضائع ہوگئے اور کچھ کام نہ آئیں۔ بس رات کی آخری گھڑیوں میں جو چند رکعتیں (تہجد کی نماز) پڑھ لیتا تھا اُن کی وجہ سے اللہ تعالیٰ نے میرے مغفرت فرمادی۔'' (1)

1) اَیُّھَا الْوَلَد ، امام ابو حامد الغزالی ، مطبوعہ دارالسلام، ریاض 2006ء

اللہ کے ذکر کے ذریعے تزکیہ نفس

انسان کے دو دشمن ہیں جو اُس کے دل اور زبان کا تزکیہ نہیں ہونے دیتے۔ اندرونی دشمن اس کا اپنا نفس امارہ ہے جو اسے برائی کا حکم دیتا ہے اور بیرونی دشمن شیطان ہے جو اس کے دل میں وسوسے ڈالتا ہے۔حدیث میں آتا ہے:

اَلشَّیْطَانُ جَاثِمٌ عَلٰی قَلْبِ ابْنِ اٰدَمَ فَاِذَا ذَکَرَ اللّٰہَ خَنَسَ وَاِذَا غَفَلَ وَسْوَسَ (بخاری، کتاب تفسیر القرآن سورہ قل اعوذ برب الناس)

''شیطان اپنے پنجے انسانی دل پر گاڑ دیتا ہے۔جب بندہ اللہ کا ذکر کرتا ہے تو شیطان پیچھے ہٹ جاتا ہے اور جب بندہ اللہ کی یاد سے غافل ہوتا ہے تو ابلیس اُس کے دل میں وسوسے ڈالنا شروع کر دیتا ہے۔''

شاید یہی وجہ ہے کہ سلطان باہوؒ نے فرمایا تھا۔

جو دم غافل او دم کافر مرشد ایہہ پڑھایا ھُــــوْ
سُنیا سخن گئی کھل اکھیاں چت مولا ول لایا ھُـوْ

جب بندہ اللہ کا ذکر شروع کرتا ہے تو شیطان کو انسان کے جسم سے باہر نکلنا پڑتا ہے اور جب تک آدمی ذکر اللہ میں مشغول رہتا ہے، ذکر کا نور اُسے قریب نہیں آنے دیتا۔ اِس کے برعکس جو لوگ اللہ کے ذکر سے غافل رہتے ہیں یعنی پانچ وقتی نمازیں ادا نہیں کرتے، روزے نہیں رکھتے، زکوۃ اور صدقات نہیں دیتے، حرام کی کمائی کھاتے ہیں، اللہ کی نافرمانی

اور برائیاں اپنے سامنے ہوتے دیکھ کر اور قدرت رکھتے ہوئے اُن کے خلاف ایک لفظ منہ سے نہیں نکالتے تو شیاطین اُن کے سینوں کو اپنا نشیمن بنا لیتے ہیں جیسا کہ قرآن میں ارشاد ہوا ہے:

وَمَنْ يَّعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمٰنِ نُقَيِّضْ لَهٗ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهٗ

قَرِيْنٌo (سورہ الزخرف: آیت 36)

''جو شخص، رحمان کے ذکر سے تغافل برتتا ہے، ہم اُس پر ایک شیطان مسلط کر دیتے ہیں اور وہ شیطان ہر وقت اُس کے ساتھ ساتھ رہتا ہے۔''

قرآن کے مطابق اللہ کا ذکر کرنے والے کامیاب لوگ ہوتے ہیں:

وَاذْكُرُوا اللّٰهَ كَثِيْرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَo (سورہ الجمعہ:10)

''اور اللہ کو کثرت سے یاد کرتے رہو، امید ہے کہ تمہیں فلاح نصیب ہو جائے گی۔''

اگر ہم اپنے دل کو حسد، بغض، تکبر، بخل وغیرہ کے گرد و غبار سے صاف کرنا چاہتے ہیں تو اُس کی تدبیر ذکرِ الٰہی ہے جیسا کہ صحابیِ رسول حضرت ابو درداءؓ نے فرمایا تھا کہ اللہ کا ذکر انسانی دل کو مانجھ کر صاف کر دیتا ہے:

لِكُلِّ شَيْءٍ جَلَاءٌ، وَاِنَّ جَلَاءَ الْقُلُوْبِ ذِكْرُ اللّٰهِ

(شعب الایمان۔امام بیہقی حدیث 552)

''ہر شے کی چمکانے کے لیے پالش ہوتی ہے، اگر دلوں کو تم صیقل (Polish) کرنا چاہتے ہو تو اللہ کے ذکر سے صیقل کرو۔''

انسانی دل، دنیا کی ہر چیز سے مسلسل واسطہ پڑنے کی صورت میں اکتا جاتا ہے سوائے اللہ کے ذکر کے کیونکہ اُس سے دل کو سکون حاصل ہوتا ہے:

اَلَا بِذِکْرِ اللّٰہِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُo (سورہ الرعد:28)

"خبردار رہو! اللہ کی یاد ہی وہ چیز ہے جس سے دلوں کو اطمینان حاصل ہوا کرتا ہے۔"

یہی وجہ ہے کہ انسانی عبودیت کے سب سے بڑے مظہر یعنی رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی کیفیت یہ بیان کی جاتی ہے کہ: کَانَ یَذْکُرُ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ اَحْیَانِہٖ (صحیح مسلم)

(آپ صلی اللہ علیہ وسلم ہر آن، ہر لحہ اللہ کا ذکر کرتے تھے۔)

عبداللہ بن بُسرؓ سے روایت ہے کہ ایک صحابی نے بارگاہِ رسالت میں عرض کیا:

یَارَسُوْلَ اللّٰہِ! اِنَّ شَرَائِعَ الْاِسْلَامِ قَدْ کَثُرَتْ عَلَیَّ فَاَخْبِرْنِیْ بِشَیْئٍ اَتَشَبَّثُ بِہٖ . قَالَ: لَا یَزَالُ لِسَانُکَ رَطْبًا مِنْ ذِکْرِ اللّٰہِ

(جامع ترمذی، کتاب الآداب) (1)

"اے اللہ کے رسولؐ! اسلام کے احکام تو بہت سے ہیں، مجھے کوئی ایک بات ایسی بتا دیجئے جسے میں اپنا دستور العمل ٹھہرا لوں۔ حضورؐ نے فرمایا: تیری زبان ہر وقت اللہ کے ذکر سے تر و تازہ رہے۔"

ذکر اللہ کے سلسلے میں کچھ اصولی باتیں

اب ہم ذکر اللہ کے سلسلے میں چند اصولی باتیں یہاں بیان کرتے ہیں کیونکہ ذکر کے بارے میں بہت سی غلط فہمیاں عوام میں پھیلی ہوئی ہیں: (بحوالہ: تزکیہ نفس۔ خلیل الرحمٰن چشتی)

1۔ ذکر کے الفاظ، رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے روایت کئے گئے ہوں کیونکہ یہی محبتِ رسول صلی اللہ علیہ وسلم اور اتباعِ رسول صلی اللہ علیہ وسلم کا تقاضا ہے۔

---

1) امام ترمذی نے اِس حدیث کو حسن غریب کا درجہ دیا ہے۔

2۔ ذکر کی مقدار، رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے ثابت ہو کیونکہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ہی ہمیں شریعت کے احکامات بتائے ہیں اور صرف وہی شارع ہیں۔
کسی اور شخص کو کسی خاص ذکر کی مقدار (مثلاً لاکھ، سوا لاکھ، 100، 11، 9، 3، 1,000، 500) کے تعین کا اختیار نہیں دیا جا سکتا۔

3۔ ذکر کے ساتھ، غیر مسنون حرکاتِ بدن سے اجتناب ضروری ہے۔ ذکر ایک عبادت ہے۔ عبادات میں (عادات کے برعکس)، رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے عمل سے معمولی انحراف بھی، عبادت کو بدعت میں تبدیل کر دیتا ہے۔
مثلاً: ذکر کے ساتھ جھومنا، رقص کرنا، وجد میں آنا، سر، ہاتھ یا گردن کو مخصوص طریقے سے جنبش دینا، یا جھٹکے دینا۔

4۔ کوئی پیر صاحب کسی مخصوص مرید کے حالات کی رعایت کرتے ہوئے، اُسے کوئی خاص ذکر تجویز کرنا چاہتے ہوں تو انہیں بھی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے ثابت شدہ صحیح احادیث پر مشتمل ذخیرہ اذکار ہی سے ذکر کا انتخاب کرنا چاہیے۔ (جامع ترمذی، مشکوٰۃ المصابیح وغیرہ میں دعاؤں اور اذکار سے متعلق جو ابواب ہیں، اُن سے استفادہ کیا جا سکتا ہے)

5۔ ذکر سستی اور کاہلی کا نام نہیں ہے۔ ذکر، انسان کو کاروبارِ حیات میں زیادہ فعال اور متحرک کرتا ہے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ ؓ کا ذکر، میدانِ بدر، احد، احزاب، حنین اور تبوک کے معرکوں میں نہ صرف اُن کے تعلق باللہ میں اضافے کا سبب بنا بلکہ وہ اور زیادہ سرگرمِ عمل ہو گئے۔

6۔ ذکر کے اہتمام سے کاروبارِ حیات ماند نہیں پڑتا بلکہ زیادہ صاف و شفاف ہو جاتا ہے۔

7۔ ذکر کا اہتمام، اجتماعی ذمے داریوں سے فرار کا بہانہ نہیں بننا چاہیے۔ ذاکر، خدمتِ

خلق سے غفلت نہ برتے، زکوٰۃ وصدقات کی وصولی اور تقسیم کا کام کرے، معاشرے کے جلتے ہوئے مسائل کو حل کرنے کی کوشش کرے، اجتماعیت سے اعراض نہ کرے۔

8۔ اللہ کا ذکر، دراصل تجارت، سیاست، جہاد اور دیگر پیشہ وارانہ سرگرمیوں کو مزید نکھارنے کا نام ہے۔

اکثر اوقات یہ دیکھا گیا ہے کہ مرشد کے ہاتھ پر بیعت کے ساتھ ہی انسان، ذکر الٰہی کی طرف متوجہ ہو جاتا ہے جو ایک بہت ہی اچھی بات ہے لیکن وہ معاشرے سے الگ تھلگ ہو جاتا ہے اور دیگر اسلامی ذمے داریوں سے غافل ہو جاتا ہے۔ ایسا نہیں ہونا چاہیے۔" **(1)**

چند مسنون اذکار اور اُن کی فضیلت

نماز اللہ کا سب سے افضل ذکر ہے جس کا ذکر پچھلی سطور میں آچکا ہے۔ سب سے پہلے فرض نمازوں کا درجہ ہے (مردوں کے لئے مسجد جا کر جماعت کے ساتھ نماز ادا کرنا سب سے افضل ذکر ہے)۔ نفلی نمازوں میں تہجد کا بہت درجہ ہے۔ تفسیر قرآن کے دروس اور حلقے بھی بہت عظیم ذکر ہیں۔ درود شریف بھی بہت اجر والا ذکر ہے۔ یہاں پر بعض اذکار کی فضیلت سے متعلق صرف چند احادیث بیان کی جاتی ہیں۔ تفصیل کے لیے مسنون اوراد و اذکار کی کوئی بھی کتاب دیکھی جا سکتی ہے:

☆ ہمیں قرآن کے دروس اور تفسیر کا اپنے حلقۂ احباب میں اہتمام کرنا چاہیے کیونکہ یہ نہایت افضل ذکر ہے۔ حدیث میں آتا ہے:

خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ (صحیح بخاری، کتاب فضائل القرآن)

---

1) ماخوذ از تزکیہ نفس، خلیل الرحمٰن چشتی، محمد خان منہاس، الفوز اکیڈمی، اسلام آباد

"تم میں سے سب سے بہترین لوگ وہ ہیں جو قرآن کو خود (سمجھ کر) پڑھتے ہیں اور دوسروں کو اُس کا درس (تعلیم) دیتے ہیں۔"

☆ حضرت ابوہریرہؓ سے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد نقل ہوا ہے:

سُبْحَانَ اللّٰهِ ، وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ ، وَلَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ ، وَاللّٰهُ اَكْبَرُ، اَحَبُّ اِلَيَّ مِمَّا طَلَعَتْ عَلَيْهِ الشَّمْسُ (مسلم ، كتاب الذكر و الدعاء)

"اس دنیا کی وہ تمام چیزیں، جن پر سورج طلوع ہوتا ہے، اُن سب چیزوں کے مقابلے میں مجھے "سُبْحَانَ اللّٰهِ ، وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ، وَلَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ، وَاللّٰهُ اَكْبَر" زیادہ محبوب ہیں۔"

☆ صحیح بخاری کی حدیث میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے:

كَلِمَتَانِ، خَفِيْفَتَانِ عَلَى اللِّسَانِ ، ثَقِيْلَتَانِ فِيْ الْمِيْزَانِ، حَبِيْبَتَانِ اِلَى الرَّحْمٰنِ ، سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهٖ ، سُبْحَانَ اللّٰهِ الْعَظِيْمِ

(بخاری، كتاب الدعوات)

"دو کلمے ایسے ہیں، جو زبان پر بہت ہلکے ہیں، لیکن قیامت کے دن میزان میں بہت وزنی ہوں گے، خدائے مہربان کو بہت محبوب ہیں: سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهٖ ، سُبْحَانَ اللّٰهِ الْعَظِيْمِ ۔"

☆ مَنْ قَالَ: " لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهٗ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ" فِيْ يَوْمٍ مِائَةَ مَرَّةٍ، كَانَتْ لَهٗ عِدْلَ عَشْرِ رِقَابٍ، وَكُتِبَتْ لَهٗ مِائَةُ حَسَنَةٍ ، وَمُحِيَتْ

عَنْهُ مِائَةُ سَيِّئَةٍ ، وَكَانَتْ لَهُ حِرْزاً مِنَ الشَّيْطَانِ ، يَوْمَهُ ذَالِكَ حَتّٰى يُمْسِيَ ، وَلَمْ يَاتِ اَحَدٌ بِاَفْضَلَ مِمَّا جَاءَ بِهِ ، اِلَّا رَجُلٌ عَمِلَ اَكْثَرَ مِنْهُ (مسلم، کتاب الذکر و الدعاء)

''جس نے ہر روز سو مرتبہ کہا لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ، وَحْدَهٗ لَا شَرِيكَ لَهٗ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ (نہیں ہے کوئی معبود، سوائے اللہ کے، وہ اکیلا ہے، کوئی اس کا شریک ساجھی نہیں، فرمانروائی اسی کی ہے اور اسی کے لیے ہر قسم کی ستائش ہے اور ہر چیز پر اس کی قدرت ہے) تو وہ دس غلام آزاد کرنے کے برابر ثواب کا مستحق ہوگا۔ اور اُس کے لیے سو نیکیاں لکھی جائیں گی اور اُس کی سو غلط کاریاں محو کر دی جائیں گی اور یہ عمل اُس کے لیے، اُس دن شام تک شیطان کے حملہ سے حفاظت کا ذریعہ ہوگا اور کسی آدمی کا عمل، اُس کے عمل سے افضل نہ ہوگا سوائے اُس آدمی کے، جس نے اُس سے بھی زیادہ عمل کیا ہوگا۔''

☆ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم پر درود بھیجنے سے رحمت نازل ہوتی ہے۔ حدیث میں آتا ہے کہ جو شخص ایک بار رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے لیے دعائے رحمت کرے، اللہ تعالیٰ اس پر دس رحمتیں نازل فرمائے گا:

مَنْ صَلّٰى عَلَيَّ مَرَّةً وَاحِدَةً، صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ عَشْراً

(صحیح مسلم، کتاب الصلاۃ)

''جو شخص، مجھ پر ایک مرتبہ صلوٰۃ بھیجے، اللہ تعالیٰ اُس پر دس رحمتیں بھیجتا ہے۔''

☆ درود شریف پڑھنا گناہوں کو مٹاتا ہے جیسا کہ حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

مَنْ صَلّٰى عَلَيَّ صَلَاةً وَاحِدَةً، صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ عَشْرَ صَلَوَاتٍ،

وَحُطَّتْ عَنْهُ عَشْرُ خَطِيئَاتٍ، وَرُفِعَتْ لَهُ عَشْرُ دَرَجَاتٍ

(سنن نسائی، کتاب السہو) (1)

"جو بندہ مجھ پر ایک صلوٰۃ بھیجے، اللہ تعالیٰ اُس پر دس رحمتیں نازل کرتا ہے اور اُس کی دس خطائیں معاف کر دی جاتی ہیں اور اُس کے دس درجے بلند کر دیے جاتے ہیں۔"

☆ درود پڑھنے سے انسان کے درجات بلند ہوتے ہیں جیسا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے حدیث میں فرمایا:

مَنْ صَلّٰى عَلَيَّ مِنْ أُمَّتِيْ صَلٰوةً مُخْلِصاً مِنْ قَلْبِه، صَلّٰى اللّٰهُ عَلَيْهِ بِهَا عَشْرَ صَلَوَاتٍ، وَرَفَعَهُ بِهَا عَشْرَ دَرَجَاتٍ، وَكَتَبَ لَهُ بِهَا عَشْرَ حَسَنَاتٍ وَمَحىٰ عَنْهُ عَشْرَ سَيِّئَاتٍ

(سنن نسائی، کتاب عمل الیوم واللیلۃ) (2)

"میرا جو اُمتی خلوصِ دل سے مجھ پر درود بھیجے، اللہ تعالیٰ اُس پر دس رحمتیں بھیجتا ہے۔ اور اُس کے صلے میں اُس کے دس درجے بلند کرتا ہے اور اُس کے حساب

---

1) اِس حدیث کو امام احمد نے بھی اپنی مسند احمد میں حسن سند کے ساتھ روایت کیا ہے (نمبر 11587)۔ ابن حبان نے اپنی صحیح ابن حبّان میں (903) اور امام حاکم نے مستدرک الحاکم (1/550) میں اِس حدیث کو صحیح قرار دیا ہے۔ مزید برآں، شیخ البانی نے صحیح النسائی (1230) میں اِس حدیث کو صحیح کا درجہ دیا ہے۔

2) امام نسائی کی روایت کردہ اِس حدیث کے تمام راوی ثقہ ہیں۔ انھوں نے یہ روایت ابو بردہ بن نیار سے کی ہے اور ایک دوسری روایت ابوطلحہ سے کی ہے جو اِس سے ملتے جلتے الفاظ کی ہے اور اُس روایت کو امام ابن حبان نے صحیح کا درجہ دیا ہے۔

میں دس نیکیاں لکھتا ہے اور اُس کے دس گناہ مٹا دیتا ہے۔"

اسی طرح ایک حدیث میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

إِنَّ أَوْلَى النَّاسِ بِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَكْثَرُهُمْ عَلَيَّ صَلاةً

(ترمذی) (1)

"قیامت کے روز میرے سب سے قریب وہ شخص ہوگا جو مجھ پر سب سے زیادہ درود بھیجتا ہے۔"

جہاد کے ذریعے تزکیہ نفس

عیسائیت نے دنیا کو تزکیہ نفس کا جو تصور دیا وہ رہبانیت اختیار کرنا ہے یعنی انسان جنگلوں یا پہاڑوں میں اکیلا جا کر دن رات ذکر و فکر میں لگا رہے اور معاشرے میں چاہے جو برائی بھی ہو اُس کے خلاف ایک لفظ زبان سے نہ نکالے۔ اسلام نے تزکیہ نفس کا بالکل مختلف تصور پیش کیا۔ اسلام کے مطابق معاشرے میں برائی کے خلاف آواز بلند کر کے اور جہاد کر کے ہی روحانیت کی اعلیٰ ترین منازل طے کی جا سکتی ہیں لیکن یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ شیطان کبھی یہ برداشت نہیں

1) امام ترمذی نے عبداللہ بن مسعودؓ کی روایت کردہ اس حدیث کو حسن غریب کا درجہ دیا ہے۔ ابن حبان نے اپنی صحیح ابن حبان میں اور ابو یعلی نے مُسند ابو یعلی میں اس حدیث کو روایت کیا ہے۔ علاوہ ازیں، شیخ البانی نے اس حدیث کو صحیح الجامع اور صحیح الترغیب میں حسن کا درجہ دیا ہے۔

کرسکتا ہے کہ مسلمان تزکیہ نفس کا اعلیٰ ترین مقام حاصل کریں۔ اسی لیے اقبال کی نظم "ابلیس کی مجلس شوریٰ" میں سب سے بڑے ابلیس نے اپنے مشیروں کو یہ خصوصی نصیحت کی تھی کہ مسلمانوں کو حجروں اور خانقاہوں میں گھسا کر ذکر وفکر میں لگادو تاکہ وہ معاشرے میں امر بالمعروف اور نہی عن المنکر کرکے اور جہاد فی سبیل اللہ کر کے اپنا تزکیہ نہ کرلیں:

ہے یہی بہتر الٰہیات میں الجھا رہے
یہ کتاب اللہ کی تاویلات میں الجھا رہے
مست رکھو ذکر و فکر صبح گاہی میں اسے
پختہ تر کردو مزاج خانقاہی میں اسے

حقیقت یہ ہے کہ ایسا ذکر و فکر صبح گاہی کا اسلام میں سرے سے کوئی وجود ہی نہیں ہے جو انسان کی عمل کی صلاحیتوں کو ناکارہ کرکے رکھ دے اور اُسے بزدل بنادے۔ ایسے ذکر و فکر کے مقابلے میں اللہ تعالیٰ نے مسلمانوں کا تزکیہ، جہاد فی سبیل اللہ میں رکھا ہے جیسا کہ قرآن اور احادیث میں واضح کیا گیا ہے۔ چنانچہ سورہ التوبہ میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

أَجَعَلْتُمْ سِقَايَةَ الْحَاجِّ وَعِمَارَةَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ كَمَنْ آمَنَ بِاللهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ وَجَاهَدَ فِيْ سَبِيْلِ اللهِ لاَ يَسْتَوُونَ عِندَ اللهِ وَاللّٰهُ لاَ يَهْدِيْ الْقَوْمَ الظَّالِمِيْنَ ○ الَّذِيْنَ آمَنُواْ وَهَاجَرُواْ وَجَاهَدُواْ فِيْ سَبِيْلِ اللهِ بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنفُسِهِمْ أَعْظَمُ دَرَجَةً عِندَ اللّٰهِ وَأُوْلَئِكَ هُمُ الْفَائِزُونَ ○ يُبَشِّرُهُمْ رَبُّهُم بِرَحْمَةٍ مِّنْهُ

وَرِضْوَانٍ وَجَنَّاتٍ لَّهُمْ فِيهَا نَعِيمٌ مُّقِيمٌ ٥ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَداً إِنَّ اللّٰهَ عِندَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ٥ (سورہ التوبہ:22-19)

''کیا تم لوگوں نے حاجیوں کو پانی پلانے اور مسجد حرام کی مجاوری کرنے کو اُس شخص کے کام کے برابر ٹھہرا لیا ہے جو ایمان لایا اللہ پر اور روزِ آخر پر اور جس نے جہاد کیا اللہ کی راہ میں؟ اللہ کے نزدیک تو یہ دونوں برابر نہیں ہیں اور اللہ ظالموں کی رہنمائی نہیں کرتا۔ اللہ کے ہاں تو انہی لوگوں کا درجہ بڑا ہے جو ایمان لائے اور جنھوں نے اُس کی راہ میں گھر بار چھوڑے اور جان و مال سے جہاد کیا وہی کامیاب ہیں۔ اُن کا رب انہیں اپنی رحمت اور خوشنودی اور ایسی جنتوں کی بشارت دیتا ہے جہاں اُن کے لیے پائیدار عیش کے سامان ہیں۔ اُن میں وہ ہمیشہ رہیں گے۔ یقیناً اللہ کے پاس خدمات کا صلہ دینے کو بہت کچھ ہے۔''

اسی طرح حدیث میں حضورؐ نے اپنے صحابہ کرام پر واضح فرمایا کہ اسلام کی رہبانیت اصل میں کیا ہے:

أُوصِيكَ بِتَقْوَى اللّٰهِ فَإِنَّهُ رَأْسُ كُلِّ شَيْءٍ وَعَلَيْكَ بِالْجِهَادِ فَإِنَّهُ رَهْبَانِيَّةُ الْإِسْلَامِ

(السلسلة الصحيحة، شیخ الالبانی، 94/2, 555۔ یہ حدیث صحیح کا درجہ رکھتی ہے)

''میں تمہیں اللہ سے ڈرنے کی نصیحت کرتا ہوں کہ وہ ہر شے کی جڑ ہے اور اپنے اوپر جہاد کو لازم کر لو کیونکہ یہی اسلام کی رہبانیت ہے۔''

اسلام کے کاموں میں سب سے چوٹی کا عمل

ایک حدیث میں رسول اللہ ؐ نے حضرت معاذؓ بن جبل کو یوں نصیحت فرمائی:

اَنَّ قَوَامَ هٰذَاالْاَمْرِ اِقَامُ الصَّلٰوةِ وَاِيْتَاءُ الزَّكٰوةِ وَاَنَّ ذُرْوَةَ السَّنَامِ مِنْهُ الْجِهَادُ فِي سَبِيْلِ اللّٰهِ (ترمذی، نسائی، ابن ماجہ، مسند احمد) (1)

"جس عمل سے دین کی بندش مضبوط رہتی ہے وہ نماز پڑھنا اور زکوٰۃ دینا ہے اور اسلام کے اُونچے اُونچے کاموں میں سب سے چوٹی کا عمل جہاد فی سبیل اللہ ہے۔"

حضرت ابو ہریرہؓ ایک حدیث روایت کرتے ہیں جس میں ایک شخص نے رسول اللہ سے ایک وادی میں بیٹھ کر (گوشہ نشین ہوکر) ذکر وفکر کرنے اور اپنے نفس کا جہاد کرنے کی اجازت مانگی مگر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے جواب پر غور فرمائیں:

عن ابی هريرة رضی الله عنه قال مَرَّ رَجُلٌ مِنْ اَصْحَابِ رَسُوْلِ اللّٰهِ صلی الله عليه وسلم بِشِعْبٍ فِيْهِ عُيَيْنَةٌ مِن مَاءٍ عَذْبَةٌ فَاَعْجَبَتْهُ لِطِيْبِهَا فَقَالَ: لَوْ اِعْتَزَلْتُ النَّاسَ فَاَقَمْتُ فِي هٰذَا الشِّعْبِ وَلَنْ اَفْعَلَ حَتّٰى اَسْتَاْذِنَ رَسُوْلَ اللّٰهِ صلی الله عليه وسلم فَذَكَرَذٰلِكَ لِرَسُوْلِ اللّٰهِ صلی الله عليه وسلم فَقَالَ "لاتَفْعَلْ ، فَاِنَّ مُقَامَ اَحَدِكُمْ فِي سَبِيْلِ اللّٰهِ اَفْضَلُ مِنْ صَلَاتِهِ فِي بَيْتِهِ سَبْعِيْنَ عَامًا ، اَلا تُحِبُّوْنَ اَنْ يَغْفِرَاللّٰهُ لَكُمْ وَيُدْخِلَكُمُ الْجَنَّةَ ؟ اِغْزُوْا فِي سَبِيْلِ اللّٰهِ ، مَنْ قَاتَلَ فِي سَبِيْلِ اللّٰهِ فَوَاقَ

1) امام ترمذیؒ نے اس حدیث کو حسن صحیح کا درجہ دیا ہے۔

نَاقَةٍ وَجَبَتْ لَهُ الْجَنَّةُ. (ترمذی) (1)

''سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک صحابی کا ایک گھاٹی پر گزر ہوا۔ اُس میں میٹھے پانی کا ایک چھوٹا سا چشمہ تھا۔ یہ جگہ انہیں بے حد پسند آئی اور اُن صحابی نے یہ تمنا کی کہ کاش میں لوگوں سے جدا ہو کر اِس گھاٹی میں رہتا۔ لیکن میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے اجازت لیے بغیر کبھی ایسا نہیں کرونگا۔ پس جب اُن صحابی نے آپ صلی اللہ علیہ وسلم سے اِس بات کا تذکرہ کیا تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم فرمایا کہ ایسا نہ کرنا اس لیے کہ تم میں سے کسی کا ایک مرتبہ جہاد کے لیے کھڑے ہونا، اُس کے اپنے گھر میں ستر سال تک نماز پڑھنے سے بہتر ہے، کیا تم لوگ نہیں چاہتے کہ اللہ تعالٰی تم لوگوں کی بخشش فرمائیں اور تمہیں جنت میں داخل کریں۔ لہٰذا تم اللہ کی راہ میں جہاد کرو، جس نے '' فَـــوَاقَ نَـــاقَةٍ '' (یعنی اونٹنی کے دو دفعہ دودھ دوہنے کے درمیان کا فاصلہ) کے برابر بھی جہاد کیا اُس پر جنت واجب ہوگئی۔''

تمام فقہاء کرام اِس بات پر متفق ہیں کہ قرآن وحدیث میں جب کبھی ''فی سبیل اللہ'' کی اصطلاح عمومی طور پر بولی جائے تو اُس سے مراد ''جہاد فی سبیل اللہ'' ہی ہوتا ہے۔ چنانچہ علامہ ابن جوزیؒ فرماتے ہیں:

''جب فی سبیل اللہ کا لفظ مطلق بولا جائے تو اس سے جہاد مراد ہوتا ہے۔''

(حاشیہ صحیح البخاری لابن جوزی)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے حدیث میں یہ بھی فرمایا کہ:

1) امام ترمذیؒ نے اپنی جامع میں اِس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔ شیخ ناصر الدین البانی نے بھی صحیح الترمذی (1348) میں اِس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔

مَا اغْبَرَّتْ قَدَمَا عَبْدٍ فِي سَبِيْلِ اللّٰهِ فَتَمَسَّهُ النَّارُ . (صحیح بخاری)

''جس بندے کے قدم اللہ راستے میں غبار آلود ہوئے اسے جہنم کی آگ نہیں چھوئے گی۔''

مزید برآں، حجرے یا خانقاہ میں بیٹھ کر چالیس سال تک عبادت کرنے سے بھی دل کا وہ تزکیہ حاصل نہیں ہوسکتا جو دل کا وہ تزکیہ، اللہ تعالیٰ کے راستے میں قتال کرنے اور معاشرے میں برائی کے خلاف جہاد کرنے سے حاصل ہوتا ہے۔ چنانچہ ایک حدیث مبارکہ میں درج ذیل واقعہ بیان ہوا ہے:

عَسْعَس ابن سلامة، يَقُول اَنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم كَانَ فِي سَفَرٍ، فَفَقَدَ رَجُلاً مِنْ اَصْحَابِه، فَقَالَ: اِنِّي اَرَدْتُ اَنْ اَخْلُوَ الْجَبَلَ وَاَتعبد، قَالَ فَلاَ تَفْعَلْ وَلَا يَفْعَلْهُ اَحَدٌ مِنكُمْ، فَلَصَبْرُ سَاعَةٍ فِي بَعْضِ مَوَاطِنِ الْاِسْلَامِ اَفْضَلُ مِنْ عِبَادَةِ اَرْبَعِيْنَ عَاماً خَالِيًا .

(شعب الایمان ج۹ ص۳۵۸)

''سیدنا عسعس بن سلامہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کسی سفر میں تھے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنے رفقاء میں سے ایک شخص کو نہ پایا (تو جب اُن کو ڈھونڈ کر لایا گیا تو) وہ صحابی کہنے لگے کہ میں نے ارادہ کیا ہے کہ کسی پہاڑی پر خلوت اختیار کر کے اللہ تعالیٰ کی عبادت کروں۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: تم ایسا نہ کرو اور نہ کوئی اور تم سے ایسا کرے، اسلام کے معرکوں میں سے کسی معرکے میں تمہارا ایک گھڑی ڈٹ کر لڑنا تنہائی میں چالیس سال کی عبادت سے افضل ہے۔''

---

1) امام البیہقی کےعلاوہ مسند الحارث (647/2) میں امام حارث بن ابی الاسامۃ نے اور مسند الطیالسی میں محدث ابوداؤد الطیالسیؒ نے اس حدیث کو روایت کیا ہے۔

ہندوؤں کی مذہبی کتاب میں جہاد کے ذریعے مسلمانوں کے تزکیہ کا ذکر

جہاد کے ذریعے تزکیہ نفس مسلمان امت کی اتنی بڑی خصوصیت (Prominent quality) ہے کہ پرانی مذہبی کتابوں میں بھی اس کا ذکر ملتا ہے۔ مثلاً بھاوشیا پوران ہندوؤں کی ساڑھے تین ہزار سال پرانی کتاب ہے جس کی اٹھارہ جلدیں ہیں۔ بھاوشیا پوران میں لکھا ہے:

"A malicha foreigner will come...His followers will be men circumicised, without a tail (on the head), keeping the BEARD, creating a revolution announcing the Azaan (the Muslim call for prayer) and will be eating all lawful things. They will eat all sorts of animals except swine. They will not seek purification from the holy shurbs, but will be purified thorugh warfare. On account of their fighting the irreligious nations, they will be known as Musalmaans"

(Bhavishya Puran, Pratisarag Parv III, Khand 3, Adhay 3, Slokas 10-27)

''ایک غیر ملکی آئے گا۔ اس کے ماننے والے مردوں کے ختنے ہوئے ہوں گے۔ سروں پر چٹیا نہ ہوگی۔ داڑھیاں رکھے ہوئے ہوں گے۔ اذان کہہ کر انقلاب برپا کریں گے (مسلمان نماز میں اذان کہتے ہیں اور جہاد میں بھی تکبیر کا نعرہ ''اللہ اکبر'' لگاتے ہیں) اور جائز اور حلال چیزیں کھائیں گے۔ وہ ہر قسم کے جانوروں کو کھائیں گے سوائے سور کے۔ وہ اپنے آپ کو پاک صاف کرنے کیلئے مقدس شراب نہیں پئیں گے بلکہ وہ جہاد کر کے پاکیزگی حاصل کریں گے۔ بے دین اور لامذہب قوموں سے جنگ کرنے کے باعث وہ لوگ مسلمان کے نام سے جانے جائیں گے''۔ (بھاوشیا پوران)

آپ اندازہ لگائیں کہ ہندوؤں کی مقدس کتاب میں بھی مسلمان اُمت کے متعلق کئی ہزار سال پہلے یہ پیشین گوئی کی گئی تھی کہ اس اُمت کا تزکیہ نفس اللہ کے راستے میں جہاد کرنے سے ہوگا ایسے ہی لوگ صحیح روحانیت کے علمبردار ہوں گے اور ایسے ہی لوگ مسلمان کہلائے جانے کی اصل مستحق ہوں گے۔

توبہ کے ذریعے تزکیہ نفس

اسلامی تعلیمات کے مطابق توبہ کے دروازے اس وقت تک کھلے ہیں جب تک موت کی سختی شروع نہیں ہوجاتی۔ جیسا کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

إِنَّ اللّٰهَ يَقْبَلُ تَوْبَةَ الْعَبْدِ مَالَمْ يُغَرْغِرْ (ترمذی) (1)

"اللہ تعالیٰ اُس وقت تک اپنے بندے کی توبہ قبول کرتا ہے جب تک اُس کی جان حلق تک نہ آپہنچے"۔

اگر کوئی شخص کسی گناہ کا ارتکاب کرتا ہے لیکن پھر سچے دل سے توبہ کرکے اپنے کردار کی اصلاح کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ کا اُس سے وعدہ ہے کہ اس کی توبہ کو قبول کرے گا اور اس پر اپنا فضل فرماتے ہوئے اسے معاف کردے گا۔ ہماری تاریخ ایسی روشن مثالوں سے بھری ہے جس میں بہت سے لوگوں نے اللہ کے حضور سچی توبہ کی۔ اللہ تعالیٰ کی نگاہ میں "توبہ" سے زیادہ پسندیدہ عمل اور کوئی نہیں ہے۔ وہ ان سے محبت رکھتا ہے جو توبہ کرتے ہیں اور یہ اللہ تعالیٰ کی اپنی مخلوق سے

---

1) امام ترمذیؒ نے اپنی جامع میں اس حدیث کو حسن کا درجہ دیا ہے۔

محبت ہی ہے کہ وہ انہیں آزماتا ہے تاکہ جب وہ گناہ کے بعد اس کی طرف پلٹیں تو وہ ان پر اپنی رحمتوں کی بارش کرے۔قرآن پاک میں کئی مقامات پر اللہ تعالیٰ نے اپنے بندوں کو توبہ کی نصیحت کی ہے:

قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِيْنَ أَسْرَفُوا عَلٰٓى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِيْعًا اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ ○

(سورہ الزمر: آیت 53)

"اے نبی کہہ دو کہ اے میرے بندو جنہوں نے اپنی جانوں پر زیادتی کی ہے اللہ کی رحمت سے مایوس نہ ہو جاؤ۔یقیناً اللہ سارے گناہ معاف کر دیتا ہے۔وہ تو غفور رحیم ہے۔"

سچی توبہ کی شرائط

اصلاحِ نفس کے لئے توبہ کرنا لازمی ہے لیکن توبہ کو سچا ہونا چاہیے۔ سچی توبہ کی شرائط یہ ہیں کہ بندہ اپنے آپ کو گناہ سے آئندہ کے لیے بالکل علیحدہ کر لے۔ ہر ممکن کوشش کرے کہ گناہ کی طرف دوبارہ نہ جائے، اپنے ماضی کے گناہوں پر اُسے پچھتاوا ہو اور اگر اُس نے دوسروں کے حقوق غصب کیے ہیں تو جلد از جلد اُن کو اُن کا حق واپس لوٹائے۔ یہی توبہ در اصل توبۃ النصوح کہلاتی ہے کیونکہ لغت عربی میں نصح کے معنی ہیں "خلوص اور خیر خواہی" یعنی بندہ ایسی خالص توبہ کرے جس میں اخلاص ہو، کسی قسم کی ریا کاری نہ ہو اور وہ توبہ کر کے ایسی اسلامی زندگی بسر کرنا شروع کر دے کہ اُس کی توبہ دوسرے لوگوں کے لیے نصیحت اور خیر خواہی کا موجب بن جائے۔

حضرت عمرؓ بن خطاب نے توبة نصوح کی تعریف یہ بیان کی ہے:

التوبة النصوح ان يتوب من الذنب ثم لا يعود فيه . و

كذالك لا يريد ان يعود فيه (ابن جریر)

"توبۂ نصوح یہ ہے کہ توبہ کے بعد آدمی گناہ کا نہ تو اعادہ کرے اور نہ ہی اُس کے ارتکاب کا ارادہ کرے۔"

حضرت علیؓ نے ایک مرتبہ ایک بدو کو جلدی جلدی توبہ و استغفار کے الفاظ زبان سے ادا کرتے سنا تو فرمایا یہ تَوبۃُ الکذّابین ہے۔ اُس نے پوچھا پھر صحیح توبہ کیا ہے؟ فرمایا: اُس کے ساتھ چھ چیزیں ہونی چاہیں (۱) جو کچھ ہو چکا ہے اُس پر شرمندگی ہو۔ (۲) اپنے جن فرائض سے غفلت برتی ہو اُن کو ادا کر۔ (۳) جس کا حق مارا ہو اُس کو واپس کر۔ (۴) جس کو تکلیف پہنچائی ہو اُس سے معافی مانگ۔ (۵) آئندہ کے لیے عزم کر لے کہ اِس گناہ کا اعادہ نہ کرے گا۔ اور (۶) اپنے نفس کو اللہ کی اطاعت میں گھلا دے جس طرح تُو نے اب تک اُسے معصیت اور گناہ کا خوگر بنائے رکھا ہے۔ (تفسیر کشاف) اسی توبہ کے متعلق قرآن میں سورۃ التحریم میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا تُوْبُوْٓا اِلَى اللّٰهِ تَوْبَةً نَّصُوْحًا عَسٰى رَبُّكُمْ اَنْ يُّكَفِّرَ عَنْكُمْ سَيِّاٰتِكُمْ وَيُدْخِلَكُمْ جَنّٰتٍ تَجْرِيْ مِنْ تَحْتِهَا الْاَنْهٰرُ ۝

"اے لوگو جو ایمان لائے ہو، اللہ سے توبہ کرو، خالص توبہ، بعید نہیں کہ اللہ تمہاری برائیاں تم سے دور کر دے اور تمہیں ایسی جنتوں میں داخل فرما دے جن کے نیچے نہریں بہ رہی ہوں گی۔" (سورۃ التحریم)

ہمیں توبہ کرنے میں کبھی دیر نہیں کرنی چاہیے کیونکہ نیک کام میں تاخیر (Procrastination) شیطان کی طرف سے ہوتی ہے۔ علامہ عبدالرحمن ابن جوزی اپنی کتاب "تلبیس ابلیس" میں لکھتے ہیں: "ٹال مٹول اور تاخیر کرنا شیطان کے لشکروں میں سے ایک لشکر ہے۔" ہمیں اپنے دل کا تزکیہ کرنے اور اپنی زبان کی حفاظت کرنے کے لیے

مستقبل کا انتظار نہیں کرنا چاہیے کیونکہ ہم حال میں جیتے ہیں۔ بقول عرب شاعر ؎

مَـا مَـضَـى فَـاتَ وَالْـمُؤَمَّلَ غَيْبٌ

وَلَكَ السَّـاعَةُ الَّتِـيْ اَنْـتَ فِيْـهِ

''جو ماضی (Past) ہے وہ تو گزر گیا اور مستقبل (Future) غیب میں چھپا ہوا ہے۔
اور تمھارے لیے کام کرنے کی گھڑی یہی حال (Present) ہے۔''

اسلامی تاریخ سچی توبہ کی مثالوں سے بھری پڑی ہے جنھوں نے توبہ کرنے میں تاخیر نہ کی۔ اُنہی توبہ کرنے والوں میں سے ایک شیخ فضیل بن عیاضؒ تھے۔ وہ ایک ڈاکو تھے۔ ایک رات وہ ایک گھر میں ڈاکہ ڈالنے کی نیت سے داخل ہوئے تو دیکھا کہ گھر کا مالک نماز میں کھڑا یہ آیات تلاوت کر رہا ہے۔

أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِيْنَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِيْنَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِن قَبْلُ فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ ○ (سورہ الحدید: آیت 16)

''کیا ایمان لانے والوں کے لیے ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ اُن کے دل اللہ کے ذکر سے پگھلیں اور اُس کے نازل کردہ حق کے آگے جھکیں اور وہ اُن لوگوں کی طرح نہ ہو جائیں جنہیں پہلے کتاب دی گئی تھی، پھر ایک لمبی مدت اُن پر گزر گئی تو ان کے دل سخت ہو گئے۔''

یہ آیات سنتے ہی فضیل بن عیاضؒ کے دل کی دنیا فوراً بدل گئی۔ انھوں نے اپنے آپ سے کہا: ''ہاں، اب وہ وقت آگیا ہے۔'' اور جس گھر کو لوٹنے کے لیے آئے تھے،

اُسی کی دیوار پر اُسی وقت اللہ کے حضور گڑگڑا کر سچے دل سے توبہ کی۔ پھر آپ شیخ فضیل بن عیاض بن گئے جو اپنے وقت سے سب سے بڑے عابد، زاہد اور اپنے زمانے کے چوٹی کے عالم اور محدث تھے۔

دل کی سختی کو کس طرح دور کیا جائے

جب انسان ہر وقت دنیا کی خواہشات پوری کرتا رہتا ہے، چاہے وہ جائز خواہشات ہوں، تو اُس کا دل سخت ہو جاتا ہے کیونکہ انسانی دل صرف گوشت کا ایک لوتھڑا نہیں۔ اِس حقیقت کو دل کی منتقلی (Heart Transplant) کے آپریشن کے بانی ڈاکٹر کرسچن برنارڈ نے بھی تسلیم کیا تھا جب اُس نے کہا تھا:

"We must give up the idea of an artificial heart, since we have found the organ to be far more than just a pumping station." **(1)**

''ہمیں انسان کے جسم میں مصنوعی (مشینی) دل لگانے کا خیال ہی ترک کر دینا چاہیے کیونکہ ہم نے یہ دریافت کیا ہے کہ یہ عضو صرف خون پمپ کرنے کا سٹیشن ہی نہیں بلکہ اور بھی بہت کچھ ہے۔''

حقیقت یہ ہے کہ انسانی دل، جسم اور روح کے درمیان ایک کھڑکی ہے۔ چنانچہ اگر انسان گناہ کرتا ہے تو اُس کے نتیجے میں اُس کا دل سخت ہو جاتا ہے۔ اگر دنیاوی خواہشات ہی کی تسکین میں لگا رہتا ہے اور دل کی غذا کا بندوبست نہیں کرتا تو اُس کا دل سخت ہو جاتا ہے۔ شیخ عبداللہ العزامؒ ''في ظلال سورہ التوبہ'' میں بیان کرتے ہیں کہ قلوب کی سختی کو درج ذیل چھ طریقوں سے دور کیا جاسکتا ہے:

1) Pearce, Joseph Chilton. (1992) Evolution's End. New York, Harper Publishing Group

1 تہجد کے وقت نماز
2 تلاوتِ قرآن
3 معدے کو خوراک سے خالی رکھنا (یعنی نفلی روزے)
4 صالحین اور نیک لوگوں سے دوستی کرنا اور اُن کے ساتھ وقت گزارنا
5 اللہ کا ذکر
6 تہجد اور فجر کے وقت استغفار کرنا یعنی اپنے ماضی کے گناہوں پر اللہ سے معافی مانگنا اور آئندہ کے لیے توبہ کرنا۔ (1)

شیخ عبداللہ العزام شہیدؒ صالحین کی صحبت اور انسان پر اچھی مجلس کے اچھے اثرات کے متعلق لکھتے ہیں کہ اگر ہم بُرے (Corrupt) لوگوں کے ساتھ وقت گزاری کریں گے تو وہ ہماری نیکیوں کو کھا جائیں گے یہاں تک کہ ہم گر کر اُن کے مقام تک پہنچ جائیں گے۔ اِس لیے ہمیں صالحین اور نیک لوگوں کو مسلسل تلاش کرتے رہنا چاہیے کیونکہ دوست زنجیر کی کڑی (Chain) کی طرح ہوتے ہیں۔ وہ ہمیں جنت میں بھی گھسیٹ سکتے ہیں اور جہنم میں بھی۔ ہم اپنی محفلوں کو صالحین کا محفل کس طرح بنا سکتے ہیں، اِس سلسلے میں شیخ عزام شہیدؒ لکھتے ہیں:

''آپ اپنے وقت کا صحیح استعمال کریں۔ اپنا وقت ضائع مت کریں۔ اپنے معاشرتی اجتماعات (Social Gatherings) میں سے ہمیشہ فائدہ مند چیزیں نکالیں۔ مثلاً اگر آپ دیکھیں کہ لوگ چٹ پٹے کھانوں، مشروبات، مزاح کی باتیں کر رہے ہیں تو آپ اُن سے کہیں: میری بہنوں یا میرے بھائیوں! آج میں نے ایک ایمان افروز واقعہ پڑھا ہے جو فلاں اسلامی ملک میں پیش یا آپ لوگوں کی اِس حدیث کے متعلق کیا رائے ہے؟ آج میں نے فلاں آیت کی تفسیر پڑھی جو میں آپ کو بتانا چاہتا ہوں، وغیرہ، وغیرہ۔ محفل میں آپ اُن لوگوں کو ایسی

---

1) فی ظلال سورہ التوبہ، شیخ عبداللہ العزام صفحہ 485,487

چیزیں یاد دلائیں جو انہیں فائدہ پہنچائے، آپ لوگ جب مل کر بیٹھیں تو قرآن پڑھیں، رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی سیرت پاک پڑھیں، صحابہ کرام کی زندگیوں کے بارے میں پڑھیں، قرآن کی کوئی بھی آسان سی تفسیر نکال لیں اور فقہ کی آسان سی کتاب جس میں اِس بات کا ذکر ہو کہ نماز کس طرح پڑھی جاتی ہے۔ اُس فقہ کی کتاب میں سے گروپ کی صورت میں وضو کے مسائل کو تفصیل سے پڑھیں کیونکہ یہ بڑی عجیب بات ہے کہ ہم تیس سال تک بیٹھے رہتے ہیں اور ہمیں وضو اور نماز کے مسائل تک کا علم نہیں ہوتا۔ نفلی روزوں کا علم نہیں ہوتا، ہمیں یہ سب کچھ اچھے دوستوں کے ساتھ مل کر اور نیک نیت کے ساتھ کرنا چاہیے۔" (1)

قصہ مختصر یہ کہ اگر ہم گناہوں سے اپنے دل کو نہیں بچائیں گے اور اپنے نفس کا تزکیہ نہیں کریں گے تو گناہ ہمارے دل کی روشنی کو بجھا دیں گے اور اسے سخت کر دیں گے جیسا کہ امام شافعیؒ نے اپنے استاد وکیع بن جراحؒ کی نصیحت کو اپنے اشعار میں بیان کیا ہے:

شَكَوتُ اِلَى وَكِيعٍ سُوءَ حِفْظِى

فَاَرْشَدَنِى اِلَى تَرْكِ الْمَعَاصِى

وَاَخْبَرَنِى بِاَنَّ الْعِلْمَ نُوْرٌ

وَنُوْرُ اللهِ لَا يُوْتَى لِعَاصِى

میں نے شکایت کی اپنے استاد وکیع بن جراح سے اپنے حافظہ کی کمزوری کی

تو انہوں نے مجھے گناہ چھوڑ دینے کی وصیت کی

اور مجھے یہ بتایا کہ علم نور ہے

اور اللہ کا نور کسی گنہگار کو نہیں دیا جاتا

---

1) التربیۃ الجہادیہ والبناء، شیخ عبداللہ العزام، جلد 5 صفحہ 35,36

کیا آپ معاشرے کی اصلاح کرنا چاہتے ہیں؟

اصلاح معاشرہ کا ایک طریقہ یہ ہے کہ لوگوں تک حق بات پہنچائی جائے۔رسولِ کریم ﷺ نے فرمایا ہے:"جو شخص، کسی نیک کام کی طرف، کسی دوسرے شخص کی راہنمائی کرے گا، اُسے نیک کام کرنے والے کے برابر اجر اور ثواب دیا جائے گا۔" (صحیح مسلم)

آیئے اصلاحِ معاشرہ کے کام میں دینِ اسلام کی مدد کریں۔آپ کی دی ہوئی کتابوں کی وجہ سے جس گھر میں جو اچھے اثرات ہوں گے، آپ اُس اجر میں برابر کے شریک ہوں گے۔ ڈاکٹر گوہر مشتاق کی اصلاحِ معاشرہ کے موضوع پر کتابوں کے سیٹ کو خرید کر اپنے رشتہ داروں کو تحفے میں دیں:

1 ..... موسیقی، اسلام اور جدید سائنس کی روشنی میں

2 ..... ایک آنکھ والا دجال

3 .....انسانی دل اور قبولِ اسلام ۔ ایک مذہبی اور سائنسی تجزیہ

4 .....معرکۂ روح و بدن

5 .....پردہ : عقلمند خواتین کا انتخاب

6 .....دجالی دور اور مسلم نوجوان

7 .....داڑھی کی اہمیت، قرآن وسنت اور جدید سائنس کی روشنی میں

8 .....ویلنٹائن ڈے۔ بُت پرست رومیوں کا تہوار

9 .....سورۃ الواقعہ کی سائنٹفک تفسیر

10 ..... سورۃ یٰسٓ کی تفسیر، کتاب وسنت اور جدید تحقیقات کی روشنی میں

11 ..... تزکیۂ نفس، اسلام اور جدید علم نفسیات کی روشنی میں

12 ..... روزے کے روحانی اور طبی فوائد ۔ قرآن، حدیث اور میڈیکل سائنس کی روشنی میں

تبلیغی مقاصد کے لئے پورا سیٹ یا بڑی تعداد میں کتابیں خریدنے پر خصوصی رعایت۔تفصیلات کے لئے درج ذیل پتہ پر رابطہ کریں۔ مکتبہ خواتین میگزین، منصورہ ملتان روڈ۔لاہور

فون نمبر: 042-35435667 / 0321-4708024